

**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**

(Selamat Pagi/Siang/Sore).

Perkenalkan saya adalah mahasiswa dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia yang sedang melakukan penelitian untuk mengetahui Persen Lemak Tubuh dengan karakteristik responden, pola makan, dan total pendapatan keluarga pada pria (40-55 tahun) anggota ABRI/TNI di Direktorat Jenderal Zeni TNI-AD.

Kami mohon bantuan untuk mengisi kuesioner ini dengan sungguh-sungguh. Jawaban yang saudara berikan akan bermanfaat dan akan kami rahasiakan. Atas partisipasinya kami ucapkan terima kasih.

Nama peneliti : Nimas Ayu A. R. P
Alamat peneliti : Pondok Bambu, Jakarta Timur

Jawaban mohon diisi dengan jelas dan lengkap, untuk pertanyaan pilihan, selahkan pada pilihan saudara (hanya 1 pilihan).

Tanggal : Kode Responden : [][][][]

I. KARAKTERISTIK RESPONDEN

1. Nama :
2. Alamat : tlp/HP:
3. Tanggal lahir :
4. Golongan pangkat :
5. Pendapatan keluarga per bulan : (Lingkari salah satu pilihan di bawah ini)
 1. < Rp 1.000.000
 2. Rp 1.000.000 - < Rp 3.000.000
 3. Rp 3.000.000 - Rp 5.000.000
 4. > Rp 5.000.000

II. PENGUKURAN ANTROPOMETRI

1. Persen lemak tubuh :
2. Lingkar pinggang :
3. Lingkar pinggul :
4. RLPP :

III. AKTIVITAS FISIK

PETUNJUK : Lingkari salah satu pilihan jawaban dari pertanyaan dibawah ini.

a.1) Apakah pekerjaan utama saudara ?-----

a.2) Frekuensi saudara bekerja sambil duduk ? [] []

- | | | |
|-----------------|------------------|------------------|
| 1. tidak pernah | 3. kadang-kadang | 5. sangat sering |
| 2. jarang | 4. sering | |

a.3) Frekuensi saudara bekerja sambil berdiri ? [] []

- | | | |
|-----------------|------------------|------------------|
| 1. tidak pernah | 3. kadang-kadang | 5. sangat sering |
| 2. jarang | 4. sering | |

a.4) Frekuensi saudara bekerja sambil berjalan ? [] []

- | | | |
|-----------------|------------------|------------------|
| 1. tidak pernah | 3. kadang-kadang | 5. sangat sering |
| 2. jarang | 4. sering | |

a.5) Frekuensi saudara mengangkat beban besar saat bekerja? [] []

- | | | |
|-----------------|------------------|------------------|
| 1. tidak pernah | 3. kadang-kadang | 5. sangat sering |
| 2. jarang | 4. sering | |

a.6) Frekuensi setelah bekerja saudara merasa lelah ? [] []

- | | | |
|-----------------|------------------|------------------|
| 1. tidak pernah | 3. kadang-kadang | 5. sangat sering |
| 2. jarang | 4. sering | |

a.7) Frekuensi bila bekerja saudara mengeluarkan keringat ? [] []

- | | | |
|-----------------|------------------|------------------|
| 1. tidak pernah | 3. kadang-kadang | 5. sangat sering |
| 2. jarang | 4. sering | |

a.8) Dibandingkan dengan orang lain yang seumur dengan saudara, apakah pekerjaan fisik saudara ? [] []

- | | | |
|------------------|-----------|-----------------|
| 1. sangat ringan | 3. sedang | 5. sangat berat |
| 2. ringan | 4. berat | |

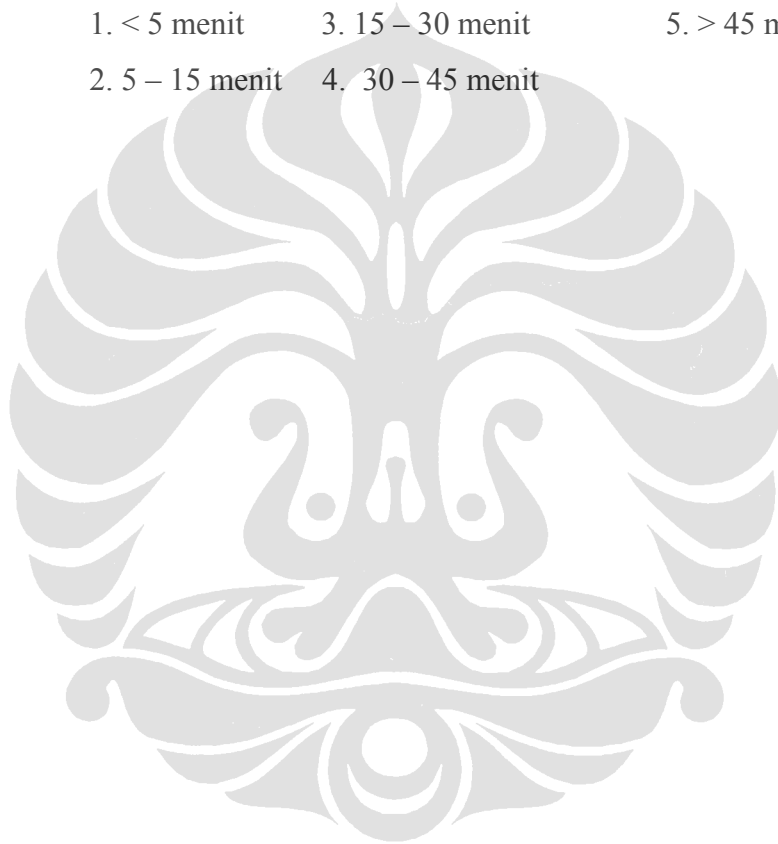
- a.9) Apakah saudara suka berolahraga ?
- 1.ya, sebutkan.....
- 2.tidak
- Berapa jam dalam seminggu saudara berolahraga untuk jenis olahraga yang disebutkan dalam pertanyaan no.9 ?
1. ≤ 1 jam 3. 2 - 3 jam 5. ≥ 4 jam
2. 1 - 2 jam 4. 3 - 4 jam
- Berapa bulan dalam setahun saudara berolahraga untuk jenis olahraga yang disebutkan dalam pertanyaan no.9 ?
1. ≤ 1 bulan 3. 4 - 6 bulan 5. ≥ 9 bulan
2. 1 - 3 bulan 4. 7 - 9 bulan
- a.10) Selama waktu luang, apakah saudara berkeringat ?
1. tidak pernah 3. kadang-kadang 5. sangat sering
2. jarang 4. sering
- a.11) Dibandingkan dengan orang lain yang seumur dengan saudara, bagaimana aktivitas saudara pada waktu luang ?
1. sangat kurang 3. biasa 5. sangat sering
2. kurang 4. sering
- a.12) Selama waktu luang, apakah saudara berolahraga ?
1. tidak pernah 3. kadang-kadang 5. sangat sering
2. jarang 4. sering
- a.13) Selama waktu luang, apakah saudara menonton TV ?
1. tidak pernah 3. kadang-kadang 5. sangat sering
2. jarang 4. sering
- a.14) Selama waktu luang, apakah saudara suka berjalan ?
1. tidak pernah 3. kadang-kadang 5. sangat sering
2. jarang 4. sering

a.15) Selama waktu luang, apakah saudara bersepeda ? [] []

1. tidak pernah 3. kadang-kadang 5. sangat sering
2. jarang 4. sering

a.16) Berapa menitkah saudara berjalan atau bersepeda menuju tempat bekerja ? [] []

1. < 5 menit 3. 15 – 30 menit 5. > 45 menit
2. 5 – 15 menit 4. 30 – 45 menit



Sumber : Baecke, 1982.

IV. PENGETAHUAN GIZI

PETUNJUK : Lingkari salah satu pilihan jawaban dari pertanyaan dibawah ini.

- 1.) Di bawah ini yang termasuk zat gizi adalah ? [] []
a. nasi, ikan, sayur, buah c. a dan b benar
b. karbohidrat, lemak, protein d. a dan b salah
- 2.) Makanan sumber karbohidrat berasal dari ? [] []
a. nasi, ubi, singkong, kentang c. sayuran dan buahan
b. ikan, daging, udang, telur d. tempe, tahu
- 3.) Makanan sumber lemak berasal dari ? [] []
a. nasi, ubi, singkong, kentang c. sayuran dan buahan
b. ikan, daging, udang, telur d. tempe, tahu
- 4.) Makanan sumber serat berasal dari ? [] []
a. nasi, ubi, singkong, kentang c. sayuran dan buahan
b. ikan, daging, udang, telur d. tempe, tahu
- 5.) Zat gizi yang berfungsi sebagai sumber energi adalah ? [] []
a. karbohidrat c. protein
b. lemak d. semua benar
- 6.) Zat gizi yang berfungsi sebagai pemelihara jaringan, menggantikan sel-sel yang mati adalah ? [] []
a. karbohidrat c. protein
b. lemak d. semua benar
- 7.) Zat gizi yang mengandung kalori paling tinggi ? [] []
a. karbohidrat c. protein
b. lemak d. semua benar

- 8.) Penyebab kegemukan, kecuali ? [] []
- a. genetik
 - b. makan yang berlebihan
 - c. merokok
 - d. aktivitas fisik rendah
- 9.) Resiko penyakit apa yang ditimbulkan dari kegemukan, kecuali ? [] []
- a. hipertensi
 - b. penyakit jantung koroner
 - c. kanker usus besar
 - d. hepatitis
- 10.) Bagaimana cara menanggulangi kegemukan ? [] []
- a. olahraga teratur
 - b. konsumsi serat lebih banyak
 - c. kurangi makanan berlemak
 - d. semua benar

Sumber : Khomsan, 2004.

Lampiran 2. Contoh Kuesioner FFQ Semi-Kuantitatif

KUESIONER FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE SEMI KUANTITATIF

Petunjuk : Berilah tanda check mark (v) pada kolom frekuensi yang sesuai berdasarkan jenis bahan makanan dan frekuensi makan yang tersedia.

BAHAN MAKANAN	Berapa Kali Konsumsi Per...							Porsi Tiap Kali Konsumsi		Paling Sering dimasak Dgn Cara...
	> 1 x sehari	1 x sehari	3-6 x seminggu	1-2x seminggu	2 minggu sekali	Sebulan sekali	Tidak pernah	URT	gram	
<i>KONSUMSI KARBOHIDRAT</i>										
Nasi	√							1 ctg peres	100	Kukus
Havermouth			√					1 mkk	150	Seduh
Singkong						√		1 ptg sdg	35	goreng

BAHAN MAKANAN	Berapa Kali Konsumsi Per...							Porsi Tiap Kali Konsumsi		Paling Sering dimasak Dgn Cara...
	> 1 x sehari	1 x sehari	3-6 x seminggu	1-2x seminggu	2 minggu sekali	Sebulan sekali	Tidak pernah	URT	gram	
<i>KONSUMSI KARBOHIDRAT</i>										
Nasi										
Havermouth										
Jagung										
Kentang										

BAHAN MAKANAN	Berapa Kali Konsumsi Per...							Porsi Tiap Kali Konsumsi		Paling Sering dimasak Dgn Cara...
	> 1 x sehari	1 x sehari	3-6 x seminggu	1-2x seminggu	2 minggu sekali	Sebulan sekali	Tidak pernah	URT	gram	
<i>KONSUMSI KARBOHIDRAT</i>										
Krekers/biscuit										
Mie kering										
Mie basah										
Bihun										
Roti putih										
Singkong										
Talas										
Ubi										
Lainnya...										
<i>KONSUMSI LEMAK</i>										
Babat/jeroan										
Daging ayam dgn kulit										
Susu full cream										
Keju										
Alpukat										
Minyak goreng										
Minyak ikan										
Santan										
Minyak sayur bumbu (mie instant, dsb)										

BAHAN MAKANAN	Berapa Kali Konsumsi Per...							Porsi Tiap Kali Konsumsi		Paling Sering dimasak Dgn Cara...
	> 1 x sehari	1 x sehari	3-6 x seminggu	1-2x seminggu	2 minggu sekali	Sebulan sekali	Tidak pernah	URT	gram	
<i>KONSUMSI LEMAK</i>										
Margarine/mentega										
<i>KONSUMSI PROTEIN</i>										
Daging sapi										
Daging kambing										
Daging ayam										
Telur ayam negeri										
Telur bebek										
Ikan laut segar										
Tahu										
Tempe										
Kacang tanah										
Kacang kedelai										
Oncom										
Kacang-kacangan lain...										

Lampiran 4. Hasil uji Statistik

1. Hasil Uji Statistik Golongan Kerja dengan Obesitas Berdasarkan PLT

			nilaiObesitas		Total
			obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
golongankerja	Staf	Count	18	32	50
		% within golongankerja	36.0%	64.0%	100.0%
	Lapangan	Count	9	46	55
		% within golongankerja	16.4%	83.6%	100.0%
Total		Count	27	78	105
		% within golongankerja	25.7%	74.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.287 ^b	1	.021		
Continuity Correction ^a	4.309	1	.038		
Likelihood Ratio	5.346	1	.021		
Fisher's Exact Test				.026	.019
Linear-by-Linear Association	5.236	1	.022		
N of Valid Cases	105				

a. Computed only for a 2x2 table

b. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 12.86.

2. Hasil Uji Hasil Uji Statistik Konsumsi KH dengan Obesitas Berdasarkan PLT

			nilaiObesitas		Total
			obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
KonsumsiKH	lebih (> 110% AKG yang dianjurkan)	Count	15	29	44
		% within KonsumsiKH	34.1%	65.9%	100.0%
	cukup (< 110% AKG yang dianjurkan)	Count	12	49	61
		% within KonsumsiKH	19.7%	80.3%	100.0%
Total		Count	27	78	105
		% within KonsumsiKH	25.7%	74.3%	100.0%

3. Hasil Uji Statistik Konsumsi Lemak dengan Obesitas Berdasarkan PLT

			nilaiObesitas		Total
			obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
KonsumsiLemak	lebih (> 110% AKG yang dianjurkan)	Count % within KonsumsiLemak	16 37.2%	27 62.8%	43 100.0%
	cukup (< 110% AKG yang dianjurkan)	Count % within KonsumsiLemak	11 17.7%	51 82.3%	62 100.0%
Total		Count % within KonsumsiLemak	27 25.7%	78 74.3%	105 100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.037 ^b	1	.025		
Continuity Correction ^a	4.070	1	.044		
Likelihood Ratio	4.980	1	.026		
Fisher's Exact Test				.040	.022
Linear-by-Linear Association	4.989	1	.026		
N of Valid Cases	105				

a. Computed only for a 2x2 table

b. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.06.

4. Hasil Uji Statistik Konsumsi Protein dengan Obesitas Berdasarkan PLT

			nilaiObesitas		Total
			obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
KonsumsiProt	lebih (> 110% AKG yang dianjurkan)	Count % within KonsumsiProt	25 41.7%	35 58.3%	60 100.0%
	cukup (< 110% AKG yang dianjurkan)	Count % within KonsumsiProt	2 4.4%	43 95.6%	45 100.0%
Total		Count % within KonsumsiProt	27 25.7%	78 74.3%	105 100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	18.651 ^b	1	.000		
Continuity Correction ^a	16.753	1	.000		
Likelihood Ratio	21.843	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	18.473	1	.000		
N of Valid Cases	105				

a. Computed only for a 2x2 table

b. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.57.

5. Hasil Uji Statistik Aktivitas Fisik dengan Obesitas Berdasarkan PLT

		nilaiObesitas		Total
		obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
aktivitas = ringan < 7,5	Count	11	39	50
	% within aktivitas	22.0%	78.0%	100.0%
= berat, > 7,5	Count	16	39	55
	% within aktivitas	29.1%	70.9%	100.0%
Total	Count	27	78	105
	% within aktivitas	25.7%	74.3%	100.0%

6. Hasil Uji Statistik RLPP dengan Obesitas Berdasarkan PLT

		nilaiObesitas		Total
		obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
RLPP1 > 0,95 = berisiko	Count	18	31	49
	% within RLPP1	36.7%	63.3%	100.0%
< 0,95 = aman	Count	9	47	56
	% within RLPP1	16.1%	83.9%	100.0%
Total	Count	27	78	105
	% within RLPP1	25.7%	74.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.841 ^b	1	.016		
Continuity Correction ^a	4.810	1	.028		
Likelihood Ratio	5.897	1	.015		
Fisher's Exact Test				.024	.014
Linear-by-Linear Association	5.786	1	.016		
N of Valid Cases	105				

a. Computed only for a 2x2 table

b. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 12.60.

7. Hasil Uji Statistik Pendapatan Keluarga dengan Obesitas Berdasarkan PLT

	nilaiObesitas		Total
	obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
nilaipendapatan tinggi = (Rp 1juta - Rp 5 juta)	Count 5	Count 12	Count 17
% within nilaipendapatan tinggi	29.4%	70.6%	100.0%
rendah = (< Rp 1 juta)	Count 22	Count 66	Count 88
% within nilaipendapatan rendah	25.0%	75.0%	100.0%
Total	Count 27	Count 78	Count 105
% within nilaipendapatan	25.7%	74.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.145 ^b	1	.703		
Continuity Correction ^a	.006	1	.938		
Likelihood Ratio	.142	1	.706		
Fisher's Exact Test				.764	.456
Linear-by-Linear Association	.144	1	.705		
N of Valid Cases	105				

a. Computed only for a 2x2 table

b. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.37.

8. Hasil Uji Statistik Tk. Pengetahuan Gizi dengan Obesitas Berdasarkan PLT

			nilaiObesitas		Total
			obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
nilaipengetahuan	cukup (jika <80% jawaban benar)	Count % within nilaipengetahuan	21 39.6%	32 60.4%	53 100.0%
	baik (jika >80% jawaban benar)	Count % within nilaipengetahuan	6 11.5%	46 88.5%	52 100.0%
Total		Count % within nilaipengetahuan	27 25.7%	78 74.3%	105 100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	10.838 ^b	1	.001		
Continuity Correction ^a	9.417	1	.002		
Likelihood Ratio	11.343	1	.001		
Fisher's Exact Test				.002	.001
Linear-by-Linear Association	10.734	1	.001		
N of Valid Cases	105				

a. Computed only for a 2x2 table

b. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 13.37.

Crosstab

			nilaiObesitas		Total
			obesitas (> 25%)	tidak obesitas(< 25%)	
KonsumsiLemak	lebih (> 110% AKG yang dianjurkan)	Count % within KonsumsiLemak	16 37.2%	27 62.8%	43 100.0%
	cukup (< 110% AKG yang dianjurkan)	Count % within KonsumsiLemak	11 17.7%	51 82.3%	62 100.0%
Total		Count % within KonsumsiLemak	27 25.7%	78 74.3%	105 100.0%