

Rabu, 6 April 2022

Ruang 1						
Waktu	NIM	Nama Mahasiswa	Pembimbing 1	Pembimbing 2	Penguji 1	Penguji 2
12.30-13.30	1705025237	ANADYA NUR SABRINA	YULI DWI SETYOWATI, S.Gz., M.Si.	IMAWATI EKA PUTRI, S.Gz., M.Si.*	NURSYIFA RAHMA MAULIDA, M.Gizi	RAHMATIKA NUR AINI, M.Gz.

Kamis, 7 April 2022

Ruang 1						
Waktu	NIM	Nama Mahasiswa	Pembimbing 1	Pembimbing 2	Penguji 1	Penguji 2
12.30-13.30	1705025082	DIAH OKTAVIANA	ANNA FITRIANI, S.KM., M.KM.	IMAS ARUMSARI, S.Gz., M.Sc.*	NURSYIFA RAHMA MAULIDA, M.Gizi	ANDRA VIDYARINI, S.Gz., MSi.
13.40-14.40	1705025132	NIKEN NOFELIA PUTRI	ANNA FITRIANI, S.KM., M.KM.	MUTIA FIRNANDA, M.KM.*	NURSYIFA RAHMA MAULIDA, M.Gizi	LUTHFIANA, S.Gz., M.Gizi.
16.00-17.00	1805025113	Heidar Rafi	LENI SRI RAHAYU, S.KM., M.P.H.	LENI SRI RAHAYU, S.KM., M.P.H.*	NURSYIFA RAHMA MAULIDA, M.Gizi	FILDZAH BADZLINA, S.Gz., MKM.

Kamis, 28 Juli 2022

ROOM	ROOM 1					
WAKTU	NIM	Nama Mahasiswa	Pembimbing 1	Pembimbing 2	Penguji 1	Penguji 2
12.30-13.30	1705025092	CHUZNUL MUJIYANTI I.M	NUR SETIAWATI RAHAYU, M.KM.	DEVIEKA RHAMA DHANI, M.KM.	NURSYIFA R MAULIDA, M.Gizi	YULI DWI SETYOWATI, S.Gz., M.Si.
16.00-17.00	1805025265	ILHAM PERMANA AKMAL	DEBBY ENDAYANI SAFITRI, S.Gz., M.K.M.	ANNA FITRIANI, S.KM., M.KM.	NURSYIFA RAHMA MAULIDA, M.Gizi	HELDA KHUSUN, Ph.D

SKRIPSI



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ENERGI, ZAT
GIZI MAKRO, SERAT DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA WANITA USIA 40 - 49 TAHUN
DI RW 07 PONDOK TIMUR INDAH, KELURAHAN
MUSTIKASARI, KOTA BEKASI**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Gizi**

OLEH :

ANADYA NUR SABRINA

1705025237

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

JAKARTA

2022

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FALKUTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA GIZI

Skripsi, Januari 2022

Anadya Nur Sabrina

“Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Serat dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Wanita Usia 40 – 49 Tahun di RW 07 Pondok Timur Indah, Kelurahan Mustikasari, Kota Bekasi”

Lxxxv + 85 halaman, 25 tabel, 3 gambar + 3 lampiran

ABSTRAK

Obesitas merupakan penumpukan lemak akibat ketidak seimbangan antara asupan energi dengan energi yang digunakan. Prevalensi obesitas di Indonesia terus meningkat dan lebih banyak terjadi pada wanita. Faktor penyebab obesitas antara lain asupan makan, aktivitas fisik, pengetahuan gizi, genetik, status sosial ekonomi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, asupan energi, zat gizi makro, serat dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada wanita usia 40 – 49 tahun di RW 07 Pondok Timur Indah, Kelurahan Mustiksari, Kota Bekasi. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* dengan 80 responden. Data dikumpulkan menggunakan instrument kuesioner pengetahuan gizi, *form food recall* 2 x 24 jam dan *form recall* aktivitas fisik PAL (*Physical Activity Level*). Penelitian ini menggunakan uji statistik *chi square* dengan $\alpha=5\%$. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan energi ($p=0,000$), asupan protein ($p=0,000$), asupan lemak ($p=0,000$), dan aktivitas fisik ($p=0,000$) dengan kejadian obesitas pada wanita usia 40 – 49 Tahun di RW 07 Pondok Timur Indah, serta tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ($p=0,510$), asupan karbohidrat ($p=0,266$), dan asupan serat ($p=0,593$) dengan kejadian obesitas pada wanita usia 40 – 49 Tahun di RW 07 Pondok Timur Indah. Tingginya asupan energi, protein, lemak serta rendahnya aktivitas fisik merupakan faktor yang signifikan dengan kejadian obesitas pada wanita usia 40 – 49 tahun di RW 07 Pondok Timur Indah.

Kata kunci: Aktivitas fisik, asupan, obesitas, pengetahuan gizi

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FALKUTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA GIZI

Skripsi, Januari 2022

Anadya Nur Sabrina

“Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Serat dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Wanita Usia 40 – 49 Tahun di RW 07 Pondok Timur Indah, Kelurahan Mustiksari, Kota Bekasi”

Lxxxv + 85 halaman, 25 tabel, 3 gambar + 3 lampiran

ABSTRACT

Obesity is the accumulation of fat due to an imbalance between energy intake and energy used. The prevalence of obesity in Indonesia continues to increase and is more common in women. Factors causing obesity include food intake, physical activity, nutritional knowledge, genetics, socio-economic status. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional knowledge, energy intake, macronutrients, fiber and physical activity with the incidence of obesity in adult women aged 40 – 49 years in RW 07 Pondok Timur Indah, Mustiksari village, Bekasi City. This study used a cross sectional study design with 80 respondents. Data were collected using a nutritional knowledge questionnaire instrument, a 2 x 24 hour food recall form and a PAL (Physical Activity Level) physical activity recall form. This study uses the chi square statistical test with $\alpha=5\%$. The results of the analysis showed that there was a significant relationship between energy intake ($p=0.000$), protein intake ($p=0.000$), fat intake ($p=0.000$), and physical activity ($p=0.000$) with the incidence of obesity in women aged 40-49 years in RW 07 Pondok Timur Indah, and there is no a significant relationship between nutritional knowledge ($p=0.510$), carbohydrate intake ($p=0.266$), and fiber intake ($p=0.593$) with the incidence of obesity in women aged 40 – 49 years in RW 07 Pondok Timur Indah . The high intake of energy, protein, fat and low physical activity are significant factors with the incidence of obesity in women aged 40 – 49 years in RW 07 Pondok Timur Indah.

Keywords: Physical activity, intake, obesity, nutritional knowledge

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Anadya Nur Sabrina

NIM : 1705025237

Program Studi : Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Serat dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Wanita Usia 40 – 49 Tahun di RW 07 Pondok Timur Indah, Kelurahan Mustikasari, Kota Bekasi.

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

Jakarta, 12 Mei 2022

TIM PENGUJI

Penguji I : Nursyifa Rahma Maulida, M. Gizi



Penguji II : Rahmatika Nur Aini, M. Gz

