

**HUBUNGAN ASUPAN TINGGI ENERGI DAN
UANG SAKU DENGAN KEJADIAN OBESITAS
PADA MAHASISWA/I FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS
TARUMANAGARA**

SKRIPSI



Disusun oleh :

**REGIA VERENT MONETTA
405160028**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2019**

**HUBUNGAN ASUPAN TINGGI ENERGI DAN
UANG SAKU DENGAN KEJADIAN OBESITAS
PADA MAHASISWA/I FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS
TARUMANAGARA**

SKRIPSI



diajukan sebagai salah satu prasyarat untuk mencapai gelar gelar Sarjana Kedokteran
(S.Ked) pada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

**REGIA VERENT MONETTA
405160028**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2019**

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Regia Verent Monetta

NIM : 405160028

Dengan ini menyatakan dan menjamin bahwa skripsi yang diserahkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, berjudul

Hubungan Asupan Tinggi Energi dan Uang Saku dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

merupakan hasil karya sendiri, semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme.

Saya menyatakan memahami adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 2 Juli 2019

Regia Verent Monetta

405160028

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Regia Verent Monetta

NIM : 405160028

Program Studi : Ilmu Kedokteran

Judul Skripsi : Hubungan Asupan Tinggi Energi dan Uang Saku dengan
Kejadian Obesitas pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran
Universitas Tarumanagara

dinyatakan telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima
sebagai bagian prasyarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada
Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Pembimbing : dr. Alexander Halim Santoso, MGizi ()

DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang : Dr. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ ()

Penguji 1 : dr. Novendy, MKK, FISPH, FISCM ()

Penguji 2 : dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi ()

Mengetahui,

Dekan FK : Dr. dr. Meilani Kumala, MS., Sp.GK (K) ()

Ditetapkan di

Jakarta, 2 Juli 2019

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini merupakan prasyarat agar dapat dinyatakan lulus sebagai Sarjana Kedokteran (S.Ked).

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami banyak pembelajaran dan pengalaman khususnya dalam pelaksanaan penelitian. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih atas dukungan dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir, kepada :

1. Dr. dr. Meilani Kumala, M.S., Sp.GK (K) selaku Dekan dan Ketua UPPI Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara;
2. dr. Alexander Halim Santoso, MGizi selaku dosen pembimbing skripsi, yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran selama membimbing saya;
3. Kedua orang tua, yang senantiasa menyemangati serta memberi dukungan material dan moral;
4. Ramiro, Devina, Firda, Irene, Ole, Grace, Jeffry, Sha-sha, dkk, serta teman-teman lain yang telah membantu saya selama penelitian berlangsung;
5. Seluruh subjek/responden, yang terlibat dalam penelitian ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini membawa manfaat yang sebesar-besarnya bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan kesehatan.

Jakarta, 2 Juli 2019

Penulis

Regia Verent Monetta

405160028

PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Regia Verent Monetta

NIM : 405160028

Program Studi : Ilmu Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Karya Ilmiah : Skripsi

demikian pengembangan ilmu dan pengetahuan , menyetujui untuk memublikasikan karya ilmiah berjudul

Hubungan Asupan Tinggi Energi dan Uang saku dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

dengan menyantumkan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Jakarta, 2 Juli 2019

Penulis

Regia Verent Monetta

405160028

ABSTRAK

Latar Belakang: Obesitas merupakan suatu kelainan yang disebabkan oleh penumpukan lemak tubuh yang sangat berlebihan akibat dari proses metabolisme tubuh yang kurang baik dan dipengaruhi oleh berbagai macam faktor. Berdasarkan RISKESDAS tahun 2013, ditemukan persentase obesitas pada perempuan diatas 18 tahun lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki usia diatas 18 tahun (32,9% : 19,7%). Salah satu faktor resiko yang dapat menyebabkan obesitas adalah asupan energi yang tinggi. Asupan energi sendiri bisa didapatkan dari berbagai macam sumber, misalnya karbohidrat, lemak, dan protein. Salah satu faktor lain yang dapat memengaruhi tingginya asupan energi adalah uang saku yang diterima oleh remaja, dimana semakin besarnya uang saku akan memengaruhi pola belanja makanan oleh remaja. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan asupan tinggi energi dan uang saku dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian analitik dengan desain *cross-sectional*. Analisis statistik menggunakan uji *chi-square*. **Hasil:** Didapatkan 56,9% subjek memiliki status gizi obesitas, kemudian 56,8% subjek perempuan dan 62,5% subjek laki-laki memiliki asupan energi yang berlebih, dan 55,5% subjek mendapatkan uang saku per bulan lebih dari 3 juta rupiah. Didapatkan hubungan yang bermakna secara statistik antara asupan energi dan besaran uang saku dengan obesitas ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** Asupan energi yang berlebihan berperan terhadap kejadian obesitas di kalangan mahasiswa. Uang saku yang berlebihan banyak digunakan untuk membelanjakan makanan tinggi energi. Diperlukan penelitian lebih lanjut terkait dengan frekuensi dan lama aktivitas fisik, serta besaran uang saku yang digunakan untuk membelanjakan makanan.

Kata kunci: obesitas, asupan energi, uang saku, status gizi, mahasiswa fakultas kedokteran

ABSTRACT

Background: Obesity is an abnormality caused by excessive body fat accumulation due to the body's metabolic processes that are not good and are influenced by various factors. Based on the 2013 RISKESDAS, it was found that the percentage of obesity in women over 18 years was higher compared to men over 18 years (32.9%: 19.7%). One risk factor that can cause obesity is a high energy intake. Energy intake can be obtained from various sources, such as carbohydrates, fats, and proteins. One other factor that can affect the high energy intake is pocket money received by adolescents, where the greater the pocket money obtained will affect the pattern of food expenditure by adolescents. This study aims to look at the relationship between high energy intake and pocket money with the incidence of obesity in Tarumanagara University Medical School students. **Method:** This research is analytical research with cross-sectional design. Statistical analysis using the chi-square test. **Result:** 56.9% of subjects were obese, 56.8% of female subjects and 62.5% of male subjects had excessive energy intake, and 55.5% of subjects received monthly allowances of more than 3 million rupiah. There was a statistically significant relationship between energy intake and the amount of pocket money with obesity ($p < 0.05$). **Conclusion:** Excessive energy intake contributes to the incidence of obesity among students. Excessive pocket money is widely used to spend high-energy food. Further research is needed related to the frequency and duration of physical activity, and the amount of pocket money used to spend food.

Key Words: obesity, energy intake, pocket money, nutritional status, medical faculty students

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Hipotesis Penelitian	2
1.4 Tujuan Penelitian	3
1.5 Manfaat Penelitian	3
2. TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Obesitas	5
2.1.1 Definisi	5
2.1.2 Epidemiologi	5
2.1.3 Etiologi	8
2.1.4 Patofisiologi	11
2.1.5 Dampak	12
2.1.6 Pencegahan	12
2.1.7 Tatalaksana	13
2.2 Energi	13
2.2.1 Definisi	13
2.2.2 Karbohidrat	14
2.2.3 Protein	14
2.2.4 Lemak	15
2.2.5 Alkohol	15
2.2.6 Kebutuhan Energi untuk Remaja	15
2.3 Uang Saku.....	16
2.3.1 Definisi	16
2.4 Kerangka Teori	17
2.5 Kerangka Konsep	18
3. METODE PENELITIAN	19
3.1 Desain Penelitian	19

3.2	Tempat dan Waktu Penelitian	19
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	19
3.3.1	Populasi Target	19
3.3.2	Populasi Terjangkau	19
3.3.3	Sampel Penelitian	19
3.4	Perkiraan Besar Sampel	19
3.5	Kriteria Inklusi dan Eksklusi	20
3.6	Cara Kerja / Prosedur Kerja Penelitian	20
3.6.1	Cara Mendapatkan Subjek Penelitian	20
3.6.2	Pengumpulan Data	20
3.6.3	Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan	21
3.7	Variabel Penelitian	22
3.7.1	Variabel Bebas	22
3.7.2	Variabel Tergantung	22
3.8	Definisi Operasional	22
3.9	Instrumen Penelitian	25
3.10	Pengumpulan Data	25
3.11	Analisis Data	25
3.12	Alur Penelitian	27
4.	HASIL PENELITIAN	28
4.1	Sebaran Karakteristik Subjek	28
4.2	Sebaran Uang Saku Subjek	29
4.3	Sebaran Asupan Energi dan Status Gizi Subjek	30
4.4	Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi	31
4.5	Hubungan Besaran Uang Saku dengan Obesitas	31
5.	PEMBAHASAN	32
5.1	Karakteristik Subjek	32
5.2	Uang Saku	34
5.3	Asupan Energi	35
5.4	Status Gizi	35
5.5	Hubungan Asupan Energi dengan Obesitas	36
5.6	Hubungan Besaran Uang Saku dengan Obesitas	36
6.	KESIMPULAN DAN SARAN	38
6.1	Kesimpulan	38
6.2	Saran	39
7.	DAFTAR PUSTAKA	40
8.	LAMPIRAN	44
9.	BIODATA	54

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Sebaran Karakteristik Subjek	28
Tabel 4.2	Sebaran Uang Saku	29
Tabel 4.3	Sebaran Asupan Energi dan Status Gizi	30
Tabel 4.4	Hubungan Asupan Energi dengan Obesitas pada Subjek Perempuan dan Laki-laki.....	31
Tabel 4.5	Hubungan Besaran Uang Saku dengan Obesitas	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Prevalensi obesitas menurut usia dan jenis kelamin di Amerika Serikat	6
Gambar 2.2	Prevalensi status gizi kurus, lebih, dan obesitas pada penduduk dewasa (>18 tahun) berdasarkan data RISKESDAS menurut provinsi di Indonesia tahun 2013	6
Gambar 2.3	Perbandingan prevalensi obesitas (IMT>25) pada laki-laki umur >18 tahun di Indonesia berdasarkan data RISKESDAS tahun 2007, 2010, dan 2013	7
Gambar 2.4	Perbandingan prevalensi obesitas (IMT >25) pada perempuan umur >18 tahun berdasarkan data Riskesdas tahun 2007, 2010, dan 2013	7
Gambar 2.5	Patofisiologi Penyimpanan dan Keseimbangan Energi	12
Gambar 2.6	Kerangka Teori Hubungan Asupan Energi dan Uang Saku dengan Obesitas	17
Gambar 2.7	Kerangka Konsep Penelitian	18
Gambar 3.1	Alur Penelitian	27

DAFTAR SINGKATAN

AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BB	: Berat Badan
CDC	: <i>Centers for Disease Control and Prevention</i>
IBM	: <i>International Business Machine</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
Kkal	: Kilokalori
NCHS	: <i>National Centers for Health Statistics</i>
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
TB	: Tinggi Badan
U	: Usia
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Permohonan Menjadi Subjek Penelitian.....	44
Lampiran 2	<i>Informed Consent</i>	45
Lampiran 3	Kuisisioner Penelitian & <i>Food Frequency Questionnaire (FFQ)</i> ..	46
Lampiran 4	Dokumentasi Kegiatan	53