

HUBUNGAN JUMLAH ASUPAN MAKRONUTRIEN TERHADAP KEJADIAN OBESITAS SENTRAL PADA WANITA DI ATAS 40 TAHUN DI TABEL PANJANG, KABUPATEN AGAM

ABSTRAK

Oleh
IKRIMA AINAL QALBI

Obesitas sentral merupakan salah satu tipe obesitas yang menjadi faktor risiko beberapa penyakit kronis. Di Indonesia, prevalensi obesitas sentral mengalami peningkatan dari 18,8% (2007) menjadi 26,6% (2013). Provinsi Sumatera Barat memiliki prevalensi di atas angka nasional (26,6%). Kabupaten Agam menduduki urutan ke-7 (17,7%) dari seluruh kota/kabupaten di Sumatera Barat. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan jumlah asupan makronutrien terhadap kejadian obesitas sentral pada wanita di atas 40 tahun di Tabel Panjang, kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian analitik yang menggunakan desain *cross sectional*, dilakukan bulan Oktober 2015 hingga Desember 2015. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita di atas 40 tahun yang berdomisili di Tabel Panjang, kabupaten Agam. Besar sampel penelitian adalah 114 orang. Pengambilan sampel dilakukan secara *Simple Random Sampling*. Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Pearson* dan *Spearman*.

Dari hasil uji statistik diperoleh hasil, prevalensi obesitas sentral sebesar 85%, rata-rata jumlah asupan karbohidrat, protein, dan lemak berturut-turut 45-65%, 10%, 20-25% dari AKG. Terdapat hubungan bermakna dan korelasi positif antara jumlah asupan karbohidrat ($p=0,00$ $r=0,583$), protein ($p=0,00$ $r=0,397$), lemak ($p=0,00$ $r=0,224$) terhadap kejadian obesitas sentral. Kesimpulannya terdapat hubungan bermakna antara jumlah asupan makronutrien terhadap kejadian obesitas sentral dengan kekuatan korelasi sedang untuk karbohidrat, dan lemah untuk protein dan lemak. Untuk menurunkan kejadian obesitas sentral, disarankan klinisi menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam menyesuaikan asupan makronutrien masyarakat.

Kata kunci: obesitas sentral, jumlah asupan makronutrien.