

**TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI
DAN KEJADIAN OBESITAS PADA ORANG DEWASA**



Oleh :

NI KETUT TRI ASTUTI
NIM.P07131018051

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI DIPLOMA TIGA GIZI
DENPASAR
2021**

**TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI
DAN KEJADIAN OBESITAS PADA ORANG DEWASA**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Pada Program Studi Diploma
Tiga Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI KETUT TRI ASTUTI
NIM. P07131018051**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI DIPLOMA TIGA GIZI
DENPASAR
2021**

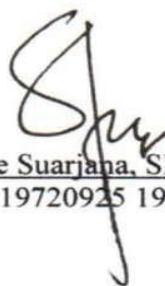
LEMBAR PERSETUJUAN

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI DAN KEJADIAN OBESITAS PADA ORANG DEWASA

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :



I Made Suarjana, SKM, M.Kes.
NIP. 19720925 199803 1 002



Pande Putu Sri Sugiani, DCN, M.Kes.
NIP. 19641227 198903 2 002

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.
NIP.19670316 199003 2 002

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :

**TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI
DAN KEJADIAN OBESITAS PADA ORANG DEWASA**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Senin

TANGGAL : 3 Mei 2021

TIM PENGUJI :

1. Dr. I Putu Suiraka, SST.,M.Kes (Ketua)
2. Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes (Anggota)
3. I Made Suarjana, SKM, M.Kes. (Anggota)



**MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN GIZI**

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



**Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes.
NIP. 19670316 199003 2 002**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Ketut Tri Astuti
NIM : P07131018051
Program Studi : Diploma Tiga Gizi
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021
Alamat : Banjar Dinas Taman Sari, Desa Sanggalangit, Kecamatan Gerokgak, Kabupaten Buleleng

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dan Kejadian Obesitas Pada Orang Dewasa adalah **benar karya saya sendiri atau bukan plagiat dari orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa proposal ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 3 Mei 2021

Yang membuat pernyataan


METERAI
TEMPEL
D9652AJX356020848

(Ni Ketut Tri Astuti)
NIM: P07131018051

LEVEL OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND CONSUMPTION PATTERN AND OBESITY INCIDENCE IN ADULTS

ABSTRACT

Obesity is an excessive accumulation of fat due to an imbalance in energy intake with energy used for a long time. Based on Riskesdas data in 2018, the obesity rate has reached 21.8%. Consumption patterns are very influential on nutritional status. Normal nutritional status can be met if the food consumed is of a balanced type, frequency, and portion. The purpose of this study was to describe the level of nutritional knowledge and consumption patterns and the incidence of obesity in adults. The method used in this study is a literature review using a research design, namely a systematic study, by collecting 8 articles obtained from Google Scholar published no more than the last 5 years. The results of observations from the article are that the knowledge of the sample is still below 65%, the intake of the sample is still below 80%. Based on observations, there is no relationship between the level of nutritional knowledge and the nutritional status of obesity in adults and there is a relationship between consumption patterns and the nutritional status of obesity in adults.

Keywords: *Nutrition Knowledge, Consumption Pattern, Obesity, Adult*

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI DAN KEJADIAN OBESITAS PADA ORANG DEWASA

ABSTRAK

Obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energy dengan energi yang digunakan dalam waktu yang lama. Berdasarkan data Riskesdas di tahun 2018 angka obesitas telah mencapai 21,8%. Pola konsumsi sangat berpengaruh terhadap status gizi. Status gizi normal dapat terpenuhi apabila makanan yang dikonsumsi jenis, frekuensi, dan porsiya seimbang. Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan gizi dan pola konsumsi serta kejadian obesitas pada orang dewasa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kajian pustaka dengan menggunakan rancangan penelitian yaitu kajian sistematik, dengan cara mengumpulkan artikel yang berjumlah 8 yang didapatkan dari Google Scholar yang diterbitkan tidak lebih dari 5 tahun terakhir. Hasil pengamatan dari artikel yaitu pengetahuan dari sampel masih dibawah 65%, asupan dari sampel masih dibawah 80%. Berdasarkan hasil pengamatan tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi obesitas pada orang dewasa dan terdapat hubungan antara pola konsumsi dengan dengan status gizi obesitas pada orang dewasa.

Kata Kunci : Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi, Obesitas, Dewasa

RINGKASAN PENELITIAN

TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI DAN KEJADIAN OBESITAS PADA ORANG DEWASA OLEH : NI KETUT TRI ASTUTI (P07131018051)

Saat ini obesitas telah menjadi masalah kesehatan dan gizi masyarakat dunia, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan kasus obesitas dari tahun 2007-2018, dimana pada tahun 2007 terjadi 10,5% kasus, sedangkan tahun 2013 terdapat peningkatan menjadi 14,8 %, dan pemantauan pada 5 tahun selanjutnya yaitu tahun 2018 ialah 21,8%. Terdapat peningkatan yang cukup signifikan dari tahun 2007- 2018 sebanyak 11,3%. Bali salah satu provinsi dengan tingkat obesitas yang cukup tinggi. Provinsi yang memiliki angka obesitas yang paling tinggi adalah oleh Sulawesi utara yaitu sebesar 30,2% , dan angka adalah oleh provinsi Nusa Tenggara Timur sebanyak 10,3 % (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Obesitas adalah kelebihan berat badan sebagai akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Beberapa faktor penyebab obesitas salah satu adalah pola konsumsi. Pola konsumsi menyangkut jumlah, frekuensi dan jenis. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmodjo, 2003).

Jenis Penelitian ini ialah kajian pustaka (literatur review) dengan rancangan kajian sistematis (systematic review) yaitu merangkum hasil penelitian primer dalam menyajikan. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Januari sampai April tahun 2021.

Adapun hasil dari penelusuran dari 8 artikel yaitu pengetahuan dari sampel masih dibawah 65%, asupan dari sampel masih dibawah 80%. Berdasarkan hasil pengamatan tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi obesitas pada orang dewasa dan terdapat hubungan antara pola konsumsi dengan dengan status gizi obesitas pada orang dewasa.

Daftar Bacaan : 22 (2002-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa, karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir berjudul “Tingkat Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dan Kejadian Obesitas Pada Orang Dewasa” tepat pada waktunya. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak I Made Suarjana, SKM, M.Kes , selaku pembimbing utama atas bimbingan dan saran yang telah diberikan.
2. Ibu Pande Putu Sri Sugiani, DCN. M.Kes , selaku pembimbing pendamping atas bimbingan dan saran yang telah diberikan.
3. Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian tugas akhir ini.
4. Ni Made Dewantari, SKM, M.For selaku Ketua Prodi Diploma Tiga Gizi Poltekkes Denpasar yang telah memberikan Dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian tugas akhir ini
5. Bapak/Ibu Dosen dan Staf pegawai jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan bagi penulis
6. Keluarga dan teman-teman yang telah banyak memberikan dorongan selama menempuh pendidikan dan dalam penyelesaian tugas akhir ini

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari sempurna oleh sebab itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan untuk perbaikan dan penyempurnaan tugas akhir ini. Demikian tugas akhir ini, semoga kiranya tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Denpasar, 3 Mei 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	.iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RINGKASAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Pengetahuan	6
B. Pola Konsumsi.....	15
C. Obesitas	24
D. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Obesitas	15
E. Hubungan Pola Konsumsi dengan Obesitas	24
BAB III KERANGKA KONSEP.....	25
A. Kerangka Konsep.....	25
B. Variabel Kajian.....	26
BAB IV METODE PENELITIAN	27

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	27
B. Waktu Penelitian	27
C. Topik dan Lingkup Pembahasan	27
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	28
E. Pengolahan dan Analisis Data	28
F. Etika Penelitian	29
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
A. Hasil	30
B. Pembahasan	35
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	37
A. Simpulan	37
B. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN	43

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi IMT	6
Tabel 2. Gambaran Pengetahuan Gizi	32
Tabel 3. Gambaran Pola Konsumsi.....	34
Tabel 4. Pengetahuan Gizi dan Kejadian Obesitas	36
Tabel 5. Pola Konsumsi dan Kejadian Obesitas	38
Tabel 6. Review Jurnal	43