

HUBUNGAN SUMBER PENYEDIAAN MAKANAN DENGAN PERSEN LEMAK TUBUH PADA MAHASISWA

SHINTA STEVANY LORENZA-25000120140197
2024-SKRIPSI

Indonesia termasuk salah satu negara berkembang yang mengalami *Double burden malnutrition* (masalah gizi ganda) dengan prevalensi gizi lebih yang terus meningkat secara signifikan dalam beberapa dekade terakhir. Salah satu kelompok yang menjadi perhatian adalah mahasiswa. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis hubungan sumber penyediaan makanan dengan persen lemak tubuh pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan jumlah sampel 140 mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, yang diambil dengan *proportional random sampling*. Variabel bebas adalah sumber penyediaan makanan, Variabel terikat adalah persen lemak tubuh, dan faktor lainnya adalah aktivitas fisik, pengetahuan gizi, jenis kelamin, uang saku, kebiasaan makan, tempat tinggal, asal daerah dan tingkat kecukupan gizi (energi, protein, karbohidrat, lemak). Analisis yang digunakan adalah uji Chi-Square dan uji Regresi Logistik Ganda. Berdasarkan hasil analisis didapatkan 49,3% mahasiswa memiliki persen lemak tubuh dengan kategori lebih. Rata-rata persen lemak tubuh pada mahasiswa dengan sumber penyediaan membeli cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa memasak. Faktor-faktor yang berhubungan dengan persen lemak tubuh adalah sumber penyediaan makanan membeli (OR=4,6;CI:1,804-11,572; $p=0,001$), tingkat kecukupan karbohidrat lebih (OR=7,8;CI:1,977-30,469; $p=0,003$), pengetahuan gizi tidak baik (OR=3,0;CI:1,280-6,949; $p=0,011$), dan jenis kelamin perempuan (OR=5,2;CI:1,675-16,088; $p=0,004$). Dapat disimpulkan bahwa faktor yang berhubungan dengan persen lemak tubuh pada mahasiswa adalah sumber penyediaan makanan, tingkat kecukupan karbohidrat, jenis kelamin dan pengetahuan gizi.

Kata kunci : gizi lebih; mahasiswa; persen lemak tubuh; sumber penyediaan makanan