

HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH, TEBAL LIPAT KULIT, DAN RASIO LINGKAR PINGGANG PINGGUL KARYAWAN FMIPA UNY

Oleh
Ridwan Subekti
NIM 10308144033

ABSTRAK

Konsumsi makanan atau minuman yang mengandung lemak secara berlebihan akan berdampak obesitas yang mengakibatkan berkurangnya produktifitas kerja. Obesitas dapat diketahui dengan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), Tebal Lipat Kulit (TLK), dan Rasio Lingkar Pinggang Pinggul (RLPP). Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan asupan lemak dengan IMT, TLK, dan RLPP karyawan FMIPA UNY.

Penelitian ini merupakan survey analitik desain *cross sectional* dengan sampel 43 responden diambil dengan teknik *incidental sampling* dari populasi karyawan FMIPA UNY. Pengukuran tinggi badan, berat badan, TLK, dan RLPP menggunakan *staturemeter microtoise*, timbangan merk *SECA*, *skinfold calliper*, dan *midline*. Asupan makanan didapat menggunakan metode *food recall* dengan analisis menggunakan *software nutrisurvey 2007*. Data dianalisis secara deskriptif dan korelatif.

Hasil penelitian menunjukkan rerata usia responden adalah 40,07 tahun. Rerata asupan lemak, pengukuran IMT, TLK, dan RLPP adalah 39,75 (6-116)%, 25,88 (17,78-38,11), 15,93 (5,81-52,52), dan 0,89 (0,76-1,05). Uji statistik *Pearson* menunjukkan *p value* >0,05 (*p value* = 0,167 pada IMT, 0,849 pada TLK, dan 0,478 pada RLPP), yang berarti tidak terdapat hubungan asupan lemak dengan IMT, TLK, dan RLPP.

Kata kunci: *asupan lemak, IMT, TLK, RLPP, karyawan FMIPA UNY*