

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN ASUPAN ZAT GIZI DENGAN
PERSEN LEMAK TUBUH PADA MAHASISWA JURUSAN KESEHATAN
MASYARAKAT UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

Oleh

**MOHAMAD REZA MOONTUNO
NIM. 811417127**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I

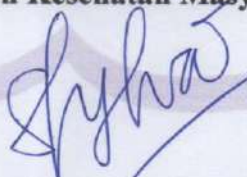
Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP. 19660918199203 1 002

Pembimbing II

Dr. Irwan, S.KM., M.Kes
NIP. 19720807200003 1 006

Gorontalo, 15 Maret 2022

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat



Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH, M.Kes
NIP. 19820323 200812 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DAN ASUPAN ZAT GIZI DENGAN
PERSEN LEMAK TUBUH PADA MAHASISWA JURUSAN KESEHATAN
MASYARAKAT UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

Oleh

**MOHAMAD REZA MOONTUNO
NIM. 811417127**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Hari/Tanggal : Jum'at, 18 Maret 2022

Waktu : 11.00-12.00 WITA

Penguji :

1. **Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes**
NIP. 19660918199203 1 002

2. **Dr. Irwan, S.KM., M.Kes**
NIP. 19720807200003 1 006

3. **Nur Ayini S. Lalu, S.KM., M.Kes**
NIP. 19900307201504 2 004

4. **Tri Septian Maksum, S.KM., M.Kes**
NIP: 19910903201903 1 012

Gorontalo, 18 Maret 2022

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Prof. Dr. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes
NIP. 19631001198803 2 002

ABSTRAK

Mohamad Reza Moontuno, 811417127, 2022, Hubungan IMT dan Asupan Zat Gizi Dengan Persen Lemak Tubuh Pada Mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo, Skripsi Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Pembimbing I Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes Dan Pembimbing II Dr. Irwan, S.KM., M.Kes.

Persen lemak tubuh adalah salah satu komposisi tubuh dimana merupakan persentase berat lemak total dalam tubuh terhadap berat badan seseorang. Data Dinkes Provinsi Gorontalo menyatakan bahwa kota Gorontalo menjadi prevalensi obesitas tertinggi tertinggi seprovinsi Gorontalo ditahun 2013 dengan 24,2%. Rumusan masalah apakah ada hubungan IMT dan asupan zat gizi dengan persen lemak tubuh pada mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan IMT dan asupan zat gizi dengan persen lemak tubuh pada mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan rancangan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Uneversitas Negeri Gorontalo di Jurusan Kesehatan Masyarakat angkatan tahun 2020 berjumlah 160 orang dan jumlah sampel sebanyak 113 orang menggunakan *purposive sampling*. Analisis data menggunakan *Spearman Rank*.

Responden dengan IMT normal sebanyak 50 orang (44,2%), Overweight sebanyak 49 responden (43,4%) dan Obesitas sebanyak 14 responden (12,4%). Variabel asupan zat gizi kurang sebanyak 2 responden (1,8%), baik sebanyak 29 responden (25,7%) dan lebih sebanyak 82 responden (72,6%). Responden dengan persen lemak tubuh *Healthy* sebanyak 42 responden (37,2%), *Overfat* sebanyak 58 responden (51,3%) dan *Obesity* sebanyak 13 responden (11,5%). Analisis Bivariat didapatkan nilai $r = 0,90$ dan nilai $r = 0,52$ serta nilai p yang sama yaitu $p = 0,00$.

Kesimpulan ada hubungan IMT dan Asupan Zat Gizi dengan Persen Lemak Tubuh Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo. Diharapkan mahasiswa agar lebih mengontrol berat badan, asupan makanan dan mengetahui dampak dari kelebihan berat badan terhadap resiko timbulnya penyakit.

Kata Kunci : IMT, Asupan Gizi, Persen Lemak.

ABSTRACT

Mohamad Reza Moontuno, 811417127, 2022. Relationship between BMI (Body Mass Index) and Nutrient Intake with Body Fat Percentage on Students at State University of Gorontalo. Undergraduate Thesis, Department of Public Health, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. The Principal Supervisor is Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes., and the Co-supervisor is Dr. Irwan, S.KM., M.Kes.

Body fat percentage is one of the body compositions where it is the percentage of total body fat weight towards a person's body weight. Data from the Health Office of Gorontalo Province stated that Gorontalo City had the highest obesity prevalence in Gorontalo Province in 2013 with a percentage of 24.2%. The problem statement is formulated as "how is the relationship between BMI and nutrient intake with body fat percentage on students at State University of Gorontalo?". This study aims to know the relationship between BMI and nutrient intake with body fat percentage on students at State University of Gorontalo.

This is an analytic observational study with a cross sectional design. The population in this study is all students of State University of Gorontalo in Department of Public Health class of 2020, totaling 160 students, while the sample is 113 students taken by using a purposive sampling technique. The data obtained are then analyzed by using Spearman Rank.

The finding shows that respondents with normal BMI are 50 (44.2%), overweight is 49 respondents (43.4%), and obesity is 14 respondents (12.4%). Respondents with less nutrient intake are 2 respondents (1.8%), good nutrient intake are 29 respondents (25.7%), and excess nutrient intake are 82 respondents (72.6%). Respondents with a healthy body fat percentage are 42 respondents (37.2%), overfat is 58 respondents (51.3%), and obesity is 13 respondents (11.5%). The bivariate analysis obtains the value of $r = 0.90$ and the value of $r = 0.52$, as well as the same value of p is $p = 0.00$.

Thus, it is concluded that there is a relationship between BMI and nutrient intake with body fat percentage on Public Health Students at State University of Gorontalo. Students are expected to control their weight, food intake better and know the impact of being overweight on the risk of disease.

Keywords: BMI, Nutritional Intake, Fat Percentage

