

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN NILAI LEMAK VISERAL PADA PEGAWAI DIREKTORAT JENDERAL BEA DAN CUKAI KANTOR WILAYAH JAKARTA MARET 2016

Saraswati Qonitah Thifal

Abstrak

Prevalensi obesitas terus meningkat baik di Indonesia maupun di dunia. Menurut WHO (2015), obesitas di dunia meningkat hampir dua kali lipat antara tahun 1980-2008. Survei Riskesdas tahun 2013 di Indonesia mendapatkan bahwa pada usia lebih dari 18 tahun terjadi peningkatan obesitas sentral dari 13,9% (2007) menjadi 19,7% (2013). Obesitas sentral terjadi karena penumpukan lemak viseral yang dipengaruhi berbagai faktor. Lemak viseral yang berlebih berhubungan dengan kelainan kardiovaskular dan metabolik yang berdampak bagi kesehatan tubuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan nilai lemak viseral pada pegawai Direktorat Jenderal Bea dan Cukai (DJBC) Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel sebanyak 60 pegawai (usia 25-65 tahun) diambil dengan teknik *consecutive sampling*. Pengumpulan data didapatkan melalui pengisian kuesioner (aktivitas fisik diukur dengan *Global Physical Activity Questionnaires*) dan pengukuran kadar lemak viseral menggunakan timbangan *Bioelectrical Impedance Analysis* (BIA). Data penelitian dianalisis menggunakan uji *chi square*. Hasil uji *chi square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin ($p = 0,000$) dengan nilai lemak viseral pada pegawai DJBC Jakarta. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara usia ($p = 0,821$) dan aktivitas fisik ($p = 0,070$) dengan nilai lemak viseral.

Kata kunci: lemak viseral, pegawai, jenis kelamin, usia, aktivitas fisik

FACTORS THAT RELATED TO VISCERAL FAT LEVELS AMONG EMPLOYEES IN GENERAL DIRECTORATE OF CUSTOMS AND EXCISE JAKARTA MARCH 2016

Saraswati Qonitah Thifal

Abstract

The prevalence of obesity continues to increase whether in Indonesia or in the world. According to WHO (2015), obesity in the world increased almost two times higher between 1980-2008. Based on Riskesdas survey in 2013 in Indonesia stated that proportion of central obesity in people over 18 years old increased from 13.9% (2007) to 19.7% (2013). Central obesity occurred because the accumulation of visceral fat which is influenced by many factors. Excessed visceral fat is linked with cardiovascular and metabolic disorders that affect the body's health. This study aimed to identify factors related to visceral fat levels in Jakarta DJBC employees. This was an analytic study with cross sectional design. Sixty employees (aged 25-65 years) taken by consecutive sampling technique. The collection of data obtained through questionnaires (used GPAQ to measure physical activity) and measurements of visceral fat levels with BIA. Chi-square test results showed a significant relationship between gender ($p = 0.000$) with visceral fat levels in Jakarta DJBC employees. There were no correlation between age ($p = 0,821$) and physical activity ($p = 0,070$) with visceral fat levels.

Keywords: visceral fat, employee, gender, age, physical activity