



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

SKRIPSI

SARASWATI QONITAH THIFAL

1210211134

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UMUM**

2016



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

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kedokteran**

SARASWATI QONITAH THIFAL

1210211134

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

FAKULTAS KEDOKTERAN

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UMUM

2016

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Saraswati Qonitah Thifal
NRP : 1210211134
Tanggal : 9 Juni 2016

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 9 Juni 2016

Yang menyatakan,



(Saraswati Qonitah Thifal)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Saraswati Qonitah Thifal
NRP : 1210211134
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Sarjana Kedokteran

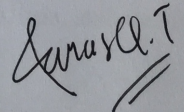
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **“FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN NILAI LEMAK VISERAL PADA PEGAWAI DIREKTORAT JENDERAL BEA DAN CUKAI KANTOR WILAYAH JAKARTA MARET 2016”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 9 Juni 2016

Yang menyatakan,



(Saraswati Qonitah Thifal)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Saraswati Qonitah Thifal
NRP : 1210211134
Program Studi : Sarjana Kedokteran
Judul Skripsi : Faktor yang Berhubungan dengan Nilai Lemak Viseral
Pada Pegawai Direktorat Jenderal Bea dan Cukai Kantor
Wilayah Jakarta Maret 2016.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

dr. Marlina Dewiastuti, M. Kes

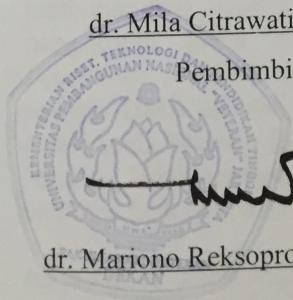
Ketua Penguji

dr. Mila Citrawati, M.Biomed

Pembimbing I

dr. Lucy Widasari, M.Si

Pembimbing II



dr. Mariono Reksoprodjo, Sp.OG, Sp.KP (K)

Dekan

dr. Niniek Hardini, Sp.PA

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 20 Juni 2016

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.

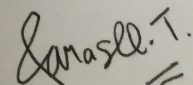
Keywords: visceral fat, employee, gender, age, physical activity

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Tuhan Semesta Alam, tiada daya dan upaya selain dari izin-Nya, serta berkat rahmat dan nikmat yang diberikan oleh-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Terima kasih penulis ucapkan yang sedalam-dalamnya kepada dr. Mariono Reksoprodjo, Sp. OG, Sp. KP (K) selaku dekan Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta, dr. Mila Citrawati, M. Biomed dan dr. Lucy Widasari, M. Si selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak ilmu, tenaga dan waktu bagi penulis untuk berkonsultasi mengenai hal-hal yang bersangkutan dalam proses penulisan skripsi ini. Terima kasih kepada dr. Marlina Dewiastuti, M. Kes selaku penguji utama pada sidang skripsi penulis.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada orang tua tercinta, Koento Wijanarko dan Dewi Anggraini, Keluarga Besar Bakrie dan adik tersayang Karina dan Miki yang selalu memberi dukungan moral maupun material, bantuan dan doa tanpa henti demi kesuksesan penulis. Terima kasih kepada sahabat tersayang Lia, Sarah, Gesti, Lis, Eka, Ka Ara, Intan, Tita, Achas, Icha dan Maya, teman seperjuangan seperbimbingan yang telah memberikan banyak dukungan dan bantuan kepada penulis. Terima kasih kepada seluruh rekan sejawat angkatan 2012 Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta yang telah memberikan motivasi, persahabatan dan kebersamaan selama menempuh proses perkuliahan. Semoga skripsi ini memberi manfaat. Penulis mohon maaf apabila terdapat kesalahan dalam penulisan skripsi ini.

Jakarta, 9 Juni 2016



(Saraswati Qonitah Thifal)

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| PERNYATAAN ORISINALITAS | ii |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI | iii |
| PENGESAHAN | iv |
| ABSTRAK | v |
| ABSTRACT | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | x |
| DAFTAR BAGAN..... | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| I.1 Latar Belakang..... | 1 |
| I.2 Perumusan Masalah | 3 |
| I.3 Tujuan Penelitian | 3 |
| I.4 Manfaat Penelitian | 3 |
| | |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 6 |
| II.1 Landasan Teori | 6 |
| II.2 Penelitian Yang Relevan | 26 |
| II.3 Kerangka Teori | 27 |
| II.4 Kerangka Konsep | 28 |
| II.5 Hipotesis | 28 |
| | |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 29 |
| III.1 Jenis Penelitian..... | 29 |
| III.2 Lokasi dan Waktu Penelitian | 29 |
| III.3 Subjek Penelitian..... | 29 |
| III.4 Metode Pengumpulan Data | 31 |
| III.5 Identifikasi Variabel Penelitian..... | 31 |
| III.6 Definisi Operasional..... | 32 |
| III.7 Instrumen Penelitian..... | 33 |
| III.8 Teknik Pengumpulan Data | 34 |
| III.9 Pengolahan Data..... | 35 |
| III.10 Analisis Data | 35 |
| III.11 Protokol Penelitian | 37 |
| | |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 38 |
| IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian..... | 38 |
| IV.2 Hasil Penelitian | 38 |
| IV.3 Pembahasan..... | 55 |
| IV.4 Keterbatasan Penelitian..... | 62 |

| | |
|----------------------|----|
| BAB V PENUTUP..... | 63 |
| V.1 Kesimpulan..... | 63 |
| V.2 Saran..... | 64 |
| DAFTAR PUSTAKA | 66 |
| RIWAYAT HIDUP | |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | | |
|----------|--|----|
| Tabel 1 | Contoh Aktivitas Fisik Aerobik Intensitas Sedang-Berat dan Latihan Otot untuk Anak-anak dan Remaja | 10 |
| Tabel 2 | Contoh Aktivitas Fisik Aerobik dan Intensitasnya | 12 |
| Tabel 3 | Contoh Aktivitas Fisik Aerobik dan Latihan Otot untuk Usia Lanjut | 13 |
| Tabel 4 | Klasifikasi Indeks Massa Tubuh | 22 |
| Tabel 5 | Kategori Lingkar Pinggang | 24 |
| Tabel 6 | Rasio Lingkar Pinggang Panggul | 25 |
| Tabel 7 | Penelitian yang Relevan | 26 |
| Tabel 8 | Perhitungan Besar Sampel | 30 |
| Tabel 9 | Definisi Operasional | 32 |
| Tabel 10 | Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian | 39 |
| Tabel 11 | Pola Konsumsi Karbohidrat dan Lemak Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 41 |
| Tabel 12 | Tabel 12 Pola Konsumsi Protein Hewani dan Nabati Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 43 |
| Tabel 13 | Pola Konsumsi Sayur dan Buah Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 45 |
| Tabel 14 | Pola Konsumsi Minuman Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 47 |
| Tabel 15 | Pola Konsumsi Makanan Lain Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 48 |
| Tabel 16 | Distribusi Jenis Kelamin Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 50 |
| Tabel 17 | Distribusi Usia Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 50 |
| Tabel 18 | Distribusi Aktivitas Fisik Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 51 |
| Tabel 19 | Distribusi Lemak Viseral Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 52 |
| Tabel 20 | Hubungan Jenis Kelamin dengan Lemak Viseral Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 52 |
| Tabel 21 | Hubungan Usia dengan Lemak Viseral Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 53 |
| Tabel 22 | Hasil Penggabungan Sel Hubungan Usia dengan Lemak Viseral Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 54 |
| Tabel 23 | Hubungan Aktivitas Fisik dengan Lemak Viseral Pada Pegawai DJBC Kantor Wilayah Jakarta | 54 |
| Tabel 24 | Ringkasan Hasil Analisis Bivariat | 55 |

DAFTAR BAGAN

| | | |
|---------|--------------------------|----|
| Bagan 1 | Kerangka Teori | 27 |
| Bagan 2 | Kerangka Konsep..... | 28 |
| Bagan 3 | Protokol Penelitian..... | 37 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|------------|--|
| Lampiran 1 | Surat Permohonan Izin Pengambilan Data di DJBC Jakarta |
| Lampiran 2 | Surat Persetujuan Etik |
| Lampiran 3 | Lembar Persetujuan Sebagai Responden |
| Lampiran 4 | Lembar Kuesioner |
| Lampiran 5 | Lembar Kuesioner Pola Makan dan Data Antropometri |
| Lampiran 6 | Lembar Kuesioner Aktivitas Fisik |
| Lampiran 7 | Hasil Pengolahan SPSS |