

# DETERMINAN ASUPAN GULA GARAM LEMAK DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA WIRASWASTA USIA DEWASA DI KABUPATEN BOGOR

Maulida Rochmatun Nazila

## Abstrak

Status gizi yang tidak normal akan mengakibatkan peningkatan terdampaknya penyakit tidak menular. Pada Wiraswasta usia dewasa yang setiap hari melakukan kegiatan berjualan, dapat dilihat dari aktivitas fisik dan asupan gula, garam dan lemak setiap hari. Asupan gula, garam, lemak dan aktivitas fisik merupakan faktor yang berhubungan dengan status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui determinan antara asupan gula, garam, lemak dan aktivitas fisik pada Wiraswasta usia dewasa yang mempengaruhi status gizi. Penelitian dilaksanakan di Kelurahan Cirimekar dengan desain *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel yaitu *convenience sampling* dengan sampel 101 responden yang berprofesi wiraswasta usia 26-45 tahun. Pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan guna mendapatkan status gizi dan asupan gula, garam dan lemak menggunakan *sq ffq* serta PAL untuk menentukan tingkat aktivitas fisik. Analisis bivariat menggunakan *Chi-Square Fisher* dengan hasil uji yang menunjukkan tidak terdapat hubungan antara asupan gula( $p=0,165$ ) dan lemak( $p=0,204$ ). Sementara itu, terdapat hubungan antara asupan garam( $p=0,041$ ), aktivitas fisik( $p=0,003$ ) dan klasifikasi wiraswasta( $p = 0,000$ ) dengan status gizi pada wirawasta usia dewasa di Kabupaten Bogor. Pada Uji *regresi logistic* mendapatkan hasil bahwa determinan dari penelitian ini adalah asupan garam( $OR=7,6$   $CI=1,3-42$ ) pada status gizi.

**Kata kunci** : asupan gula garam dan lemak, aktivitas fisik, klasifikasi wiraswasta, status gizi, wiraswasta

**DETERMINANTS OF SUGAR, SALT, FAT, AND PHYSICAL ACTIVITY  
WITH NUTRITIONAL STATUS IN ADULT ENTREPRENEURS  
IN BOGOR DISTRICT**

**Maulida Rochmatun Nazila**

***Abstract***

*Abnormal nutritional status will result in an increase in the impact of non-communicable diseases. Adult entrepreneurs who do selling activities every day, can be seen from their physical activity and intake of sugar, salt and fat every day. Intake of sugar, salt, fat and physical activity are factors related to nutritional status. This study aims to determine the determinants between the intake of sugar, salt, fat and physical activity in adult entrepreneurs that affect nutritional status. The research was carried out in the Cirimekar Village with a Cross Sectional design. The sampling technique is convenience sampling with a sample of 101 respondents who are entrepreneurs aged 26-45 years. Anthropometric measurements of body weight and height to obtain nutritional status and intake of sugar, salt and fat use sq-ffq and PAL to determine the level of physical activity. Bivariate analysis used Fisher's Chi-Square with test results showing that there was no relationship between sugar intake( $p=0.165$ ) and fat( $p=0.204$ ). Meanwhile, there is a relationship between salt intake( $p=0.041$ ), physical activity( $p=0.003$ ) and the classification of self-employed( $p=0.000$ ) with the nutritional status of adult entrepreneurs in Bogor Regency. The logistic regression test found that the determinant of this study was salt intake ( $OR=7.6$   $CI=1.3-42$ ) in nutritional status.*

**Keyword :** *Entrepreneur; Classification of Entrepreneurs; Intake of sugar, salt and fat; Nutritional Status; Physical Activity*