

ABSTRAK

RIA ISTIAN. NIM : 5103142032. Hubungan Pola Makan Remaja Obesitas Dengan Kecukupan Zat Gizi Karbohidrat di Perguruan Islam Al-Ulum Terpadu.

Penelitian ini bertujuan untuk (1) Untuk mengidentifikasi karakteristik keluarga (usia ayah dan ibu, besar keluarga, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan keluarga), (2) Untuk mengetahui pola makan remaja obesitas, (3) Untuk mengetahui kecukupan zat gizi karbohidrat remaja obesitas, dan (4) Untuk mengetahui hubungan pola makan remaja obesitas dengan kecukupan zat gizi karbohidrat. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2014. Lokasi penelitian di SMA Islam Al-Ulum Terpadu. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria siswa yang memiliki berat badan lebih yang tergolong obesitas. Teknik pengumpulan data berupa data primer yang dikumpulkan yaitu data karakteristik keluarga meliputi usia ayah dan ibu, besar keluarga, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan ayah dan ibu. Data pola makan remaja obesitas dikumpulkan melalui metode semi frekuensi makanan (*food frequency*). Data kecukupan zat gizi karbohidrat dikumpulkan dengan menggunakan metode *food recall* 2 x 24 jam. Tekni analisis data karakteristik keluarga secara deskriptif. Data pola makan dianalisis kedalam kategori baik dan kurang. Data kecukupan zat gizi karbohidrat dianalisis kedalam kategori baik, sedang, kurang dan defisit. Untuk melihat hubungan pola makan remaja obesitas dengan kecukupan zat gizi karbohidrat di analisis menggunakan uji Korelasi Spearman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik keluarga dilihat dari rata-rata umur ayah yaitu 48,48 tahun, sedangkan umur ibu rata-ratanya yaitu 44,45 tahun. Jumlah anggota keluarga rata-rata 6,09 orang dengan kategori keluarga sedang. Rata-rata tingkat pendidikan ayah yaitu 14,94 tahun (akademi/PT) dan rata-rata tingkat pendidikan ibu yaitu 14,2 tahun (akademi/PT). Pekerjaan ayah yaitu wiraswasta, wiraswasta PNS, TNI, polisi, pegawai, dosen dan pengacara, sedangkan pekerjaan ibu yaitu ibu rumah tangga, wiraswasta, PNS, wiraswasta, guru, pegawai BUMN, agen asuransi dan polwan. Pendapatan keluarga rata-rata Rp 10.524.424 perbulan. Pola makan remaja obesitas keseluruhannya termasuk kategori baik yaitu 75,76 persen. Kecukupan zat gizi karbohidrat sebagian besar termasuk kategori baik yaitu 87,88 persen. Hasil uji statistik korelasi spearman menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan remaja obesitas ($\rho=0,000$, $r=0,815$) dengan kecukupan zat gizi karbohidrat. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pola makan remaja obesitas maka akan semakin baik kecukupan zat gizi karbohidratnya.

Kata kunci : pola makan, remaja obesitas dan zat gizi karbohidrat