

**PEMETAAN STATUS GIZI BERDASARKAN INDEKS
MASSA TUBUH DAN KOMPOSISI TUBUH PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
TARUMANAGARA ANGKATAN 2015 DAN 2016**

Oleh:

Regina Theodora Yoshe¹, Meilani Kumala²

ABSTRACT

The Compatibility Between Nutritional Status Based on BMI and body Composition of College Students of Tarumanagara University Faculty of Medicine Class 2015 and 2016.

Overweight and obesity are threats to health in countries around the world. Usually we used BMI to identify nutritional status, but BMI couldn't measure the body composition properly due to not being able to differentiate fat mass and fat free mass. The purpose of this study is to see the compatibility between nutritional status based on BMI and body composition of college students of Tarumanagara University Faculty of Medicine class 2015 and 2016. Descriptive with cross-sectional approach is used in this research. From the results of 81 subjects using weight and height measurements to determine BMI and Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) to measure body composition, it were obtained that normal and obese nutritional status with less fat mass on male subjects were 8% respectively and obese with normal fat mass was 48%. While female subjects were found to have less nutritional status with normal fat mass and normal nutritional status with excess fat mass of 3.6% each, 12.5% with normal nutritional status with less fat mass, and obese with normal fat mass was 14.3%. Based on the results, it can be concluded that there is no compatibility between nutritional status based on BMI and body

composition of college students of Tarumanagara University Faculty of Medicine class 2015 and 2016

Keywords : nutritional status, body mass index, body composition, fat mass.

ABSTRAK

Pemetaan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh dan Komposisi Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2015 dan 2016.

Kelebihan berat badan dan obesitas merupakan suatu ancaman bagi kesehatan pada negara-negara di seluruh dunia. Dalam menentukan status gizi dapat digunakan metode pengukuran indeks massa tubuh (IMT), namun IMT tidak dapat melakukan pengukuran komposisi tubuh dengan tepat, karena tidak dapat membedakan massa lemak dan massa bebas lemak. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat kesesuaian gambaran pola status gizi berdasarkan IMT dan komposisi tubuh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2015 dan 2016. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain *cross-sectional*. Hasil penelitian terhadap 81 subjek dengan menggunakan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui IMT dan *Bioelectrical Impedance Analysis* (BIA) untuk mengetahui komposisi tubuh, didapatkan status gizi normal dan berlebih dengan massa lemak kurang pada subjek penelitian laki-laki masing-masing sebanyak 8%, dan status gizi berlebih dengan massa lemak normal sebanyak 48%. Pada subjek penelitian perempuan didapatkan status gizi kurang dengan massa lemak normal dan status gizi normal dengan massa lemak berlebih masing-masing sebanyak 3,6%, status gizi normal dengan massa lemak kurang sebanyak 12,5%, dan status gizi berlebih dengan massa lemak normal sebanyak 14,3%. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan

bahwa terdapat ketidaksesuaian pemetaan status gizi berdasarkan IMT dan komposisi tubuh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2015 dan 2016.

Kata-kata kunci: status gizi, indeks massa tubuh, komposisi tubuh, massa lemak.

¹**Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara** (Regina Theodora Yoshe)

²**Staf Pengajar Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Departemen Ilmu Gizi** (DR. dr. Meilani Kumala MS., SpGK(K))

PENDAHULUAN

Kelebihan berat badan dan obesitas merupakan suatu ancaman bagi kesehatan pada negara-negara di seluruh dunia.¹ Obesitas menyebabkan kurang lebih 3 - 4 juta orang di seluruh dunia meninggal, dan menyebabkan peningkatan 3 - 9% angka kematian.² Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), terjadi peningkatan kejadian obesitas pada orang dewasa selama tahun 1980 sampai 2013, dari 28.8% menjadi 36.9% pada pria dan dari 29.8% menjadi 38.0% pada wanita. Pada tahun 2014, lebih

dari 1.9 miliar orang berumur lebih dari 18 tahun di dunia mengalami obesitas.^{2, 3} Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013, prevalensi berat badan berlebih di Indonesia pada orang usia dewasa sebesar 13.5% dan obesitas sebesar 15.4%. Prevalensi obesitas terendah terdapat di provinsi Nusa Tenggara Timur (6.2%) dan tertinggi terdapat di Sulawesi Utara (24.0%). Prevalensi obesitas pada laki-laki dewasa (>18 tahun) di tahun 2013 sebesar 19.7%. Prevalensi obesitas pada perempuan dewasa (>18 tahun) di tahun 2013 sebesar 32.9%. Dibandingkan dengan tahun 2007 dan 2010, terdapat peningkatan presentase obesitas yang signifikan.⁴