

**THE RELATIONSHIP OF ENERGY AND CARBOHYDRATE INTAKE
WITH OVERWEIGHT IN SANTRIWATI AT ASKHABUL-KAHFI ISLAMIC
BOARDING SCHOOL, MIJEN DISTRICT, SEMARANG CITY**

*Sonia Kurnia Dewi, Indri Mulyasari
Nutrition Department Faculty of Health Ngudi Waluyo University
Email :soniakurniadewis@gmail.com*

ABSTRACT

Background: *Overweight and obesity are common nutrition problems in adolescence it can be affected by overeating of energy and carbohydrates.*

Objective: *To determine the relationship between energy and carbohydrate intake with overnutrition in female students at the Askhabul-Kahfi Islamic Boarding School, Mijen District, Semarang City.*

Methods: *The research used observational analytic with a cross-sectional approach. The population is all female students at SMK/MA in X and XI grade, the sampling technique was proportional random sampling with 77 respondents. Data were collected by means of semi-quantitative FFQ interviews and nutritional status by anthropometric measurements namely body weight using a scale and height using microtoise. Data analysis was using analysis was using Spearman correlation test ($\alpha = 0,05$).*

Results: *Energy intake level are severe deficiency 9.1%, moderate deficiency 11.7%, mild deficiency 22.1%, normal 32.5%, and high intake 24.7%, carbohydrate intake level are severe deficiency 9.1%, moderate deficiency 6.9%, mild deficiency 7.8%, normal 42.9%, and high intake 33.8%, nutritional status are normal nutrition 66.2% and overnutrition 26 33.8%. There is relationship among energy and carbohydrates intake with overweight ($p = 0.0001$; $p = 0.0001$)*

Conclusion: *There is a relationship between energy and carbohydrate intake with overweight in santriwati at the Askhabul-Kahfi Islamic Boarding School, Mijen District, Semarang City.*

Keywords: *energy intake, carbohydrate intake, overweight, adolescents*

Library: *66 (2005-2021)*

HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN KARBOHIDRAT DENGAN GIZI LEBIH PADA SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN ASKHABUL-KAHFI KECAMATAN MIJEN, KOTA SEMARANG

Sonia Kurnia Dewi, Indri Mulyasari
Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
Email :soniakurniadewis@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Masalah gizi yang banyak dialami oleh remaja putri adalah *overweight* atau kelebihan berat badan dan obesitas, tidak terkecuali pada remaja di pondok pesantren (santri). Faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya gizi lebih yaitu asupan energi dan karbohidrat yang berlebih.

Tujuan : Mengetahui hubungan asupan energi dan karbohidrat dengan gizi lebih pada santriwati di Pondok Pesantren Askhabul-Kahfi, Kecamatan Mijen, Kota Semarang.

Metode : Penelitian yang digunakan adalah analitik observasional dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi seluruh santriwati jenjang SMK/MA kelas X dan XI, teknik pengambilan sampel dengan *proportional random sampling* berjumlah 77 responden. Pengambilan data asupan energi dan karbohidrat dengan cara wawancara FFQ Semi Kuantitatif dan status gizi dengan pengukuran antropometri yaitu berat badan menggunakan timbangan dan tinggi badan menggunakan *microtoise*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman* ($\alpha = 0,05$).

Hasil : Santriwati memiliki asupan energi dengan kategori yaitu defisit tingkat berat 9,1%, defisit tingkat sedang 11,7%, defisit tingkat ringan 22,1%, normal 32,5%, dan lebih 24,7%, asupan karbohidrat pada santriwati yaitu defisit tingkat berat 9,1%, defisit tingkat sedang 6,9%, defisit tingkat ringan 7,8%, normal 42,9%, dan lebih 33,8%, dan status gizi yaitu gizi normal 66,2% dan gizi lebih 26 33,8%. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dan karbohidrat dengan gizi lebih ($p = 0,0001$; $p = 0,0001$)

Simpulan : Terdapat hubungan asupan energi dan karbohidrat dengan gizi lebih pada santriwati di Pondok Pesantren Askhabul-Kahfi Kecamatan Mijen, Kota Semarang

Kata kunci : asupan energi, asupan karbohidrat, gizi lebih, remaja

Kepustakaan : 66 (2005-2021)