

ABSTRACT

Acupuncture therapy is one of the ways for women who wants to losing weight. There are so many opinions about acupuncture, they say that acupuncture will change their system consumption of food. Woman in the growth age need more nutrition for their growth and their increase of activities, because they are in productive. The objective of this research was to study characteristic, system of consumption, food habits, food frequency, nutritional intake (nutrition adequacy), and the level of obesity.

This research aimed at examining relation between acupuncture therapy which divided in two categories interval time, there are 1-6 month and 6-12 month with the system of consumption of food, especially based on nutritional intake in Hamidah Acupuncture Clinic Surabaya.

This research was a descriptive observational using cross sectional design. Sample was the total population who's joining these therapy. All respondents are women, in the age about 16-40 years old., which were 30 people. Interviews were conducted to all respondents. Methods which are used are interview with questioner and 24 hours food recall form.

Result of this research showed that most of respondents (73,33 %) was joining the therapy in 1-6 month. Most of them (60,00 %) are consumed sliming drugs which have daily intake twice. The energy consumed level (70,00 %) of them was worst (< 60 % Recommended Dietary Allowances). While the level of protein, Fe, Ca consumed of 100 % of them were also worst (< 60 % RDA). The vitamin (B1 and C) consumed of 100 % of them were good (≥ 70 % RDA).

A suggestion in this research women who are doing efforts to lose their weight, preferable there are under control for consumption of eat in order to fulfil Recommended Dietary Allowances. If they can not fulfil their nutrition adequacy, their growth and productivity might be threatened.

Key Word : Acupucture, nutritional intake, nutrition adequacy, level of obesity

ABSTRAK

Terapi akupunktur merupakan salah satu cara bagi wanita yang ingin menurunkan berat badan. Banyak pendapat dari masyarakat yang menganggap bahwa akupunktur dapat mengurangi konsumsi makan. Pada Wanita Usia Subur, membutuhkan banyak nutrisi untuk aktivitas, pertumbuhan dan perkembangan. Usia tersebut merupakan usia dimana wanita berada dalam masa produktif. Penelitian ini akan mempelajari karakteristik responden, pola konsumsi, kebiasaan makan, frekuensi makan, asupan gizi apakah sesuai dengan yang dianjurkan, serta tingkat obesitasnya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara terapi akupunktur yang terbagi menjadi dua kategori interval waktu yaitu 1-6 bulan, dan 6-12 bulan, dengan pola konsumsi makan responden yang dilihat dari asupan zat gizinya. Penelitian ini dilakukan di klinik Akupunktur Hamidah Surabaya.

Penelitian ini bersifat observasional deskriptif dengan menggunakan desain cross sectional. Sampel yang diambil adalah total populasi yaitu pasien yang mengikuti terapi akupunktur di klinik Akupunktur Hamidah, sebanyak 30 orang. Metode yang digunakan adalah metode wawancara dengan menggunakan lembar kuisisioner, yang meliputi wawancara dan menggunakan metode mengingat kembali makanan yang dikonsumsi selama 2x 24 jam.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (73,33 %) mengikuti terapi akupunktur selama 1-6 bulan. Sebagian besar responden (60,00 %) mengkonsumsi obat-obatan pelangsing sebanyak 2 kali sehari. Tingkat konsumsi energi responden sebagian besar (70,00 %) adalah buruk (< 60 % AKG), tingkat konsumsi protein, Fe, Ca responden seluruhnya (100,00 %) juga buruk. (< 60 % RDA), sedangkan tingkat konsumsi vitamin, yaitu vitamin B1 (Thiamin) dan vitamin C dari seluruh responden (100,00 %) adalah baik (≥ 70 % AKG)

Sebagai saran dalam penelitian ini adalah, bagi para wanita usia subur yang melakukan upaya penurunan berat badan, sebaiknya diadakan pengawasan agar tetap mengkonsumsi makanan yang dapat memenuhi kecukupan gizinya. Bila kecukupan gizi wanita pada usia subur tidak terpenuhi maka akan menyebabkan gangguan pertumbuhan dan produktivitas.

Kata Kunci : Akupunktur, asupan nutrisi, tingkat obesitas