

Perbedaan Proporsi Asupan, Kebiasaan Sarapan, dan Faktor Lainnya pada Kejadian Overweight Siswa-Siswi SMAK 2 Penabur Jakarta Tahun 2014

Aryani, Leonika

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=108176&lokasi=lokal>

Abstrak

Prevalensi overweight pada remaja semakin meningkat setiap tahunnya baik dinegara maju maupun di negara berkembang termasuk Indonesia dan telah menjadimasalah kesehatan yang serius. Oleh sebab itu, dilakukan penelitian menggunakandesain studi cross-sectional mengenai perbedaan asupan (energi, protein, lemak,karbohidrat, dan serat), kebiasaan sarapan, aktivitas fisik, durasi tidur, danpengetahuan gizi pada kejadian overweight siswa-siswi SMAK 2 PENABUR Jakartasebelum dan setelah dikontrol oleh jenis kelamin. Uji statistik yang digunakan yaituChi Square yang melibatkan 121 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwasebanyak 33,1% remaja mengalami overweight. Variabel yang memiliki perbedaanproporsi bermakna (P value $\leq 0,05$) pada kejadian overweight sebelum dan setelahdikontrol oleh jenis kelamin antara lain asupan (energi, protein, lemak, dankarbohidrat), kebiasaan sarapan, aktivitas fisik, dan durasi tidur (OR. Oleh sebab itu,sangat diperlukan berbagai usaha baik dari pihak sekolah maupun pihak orang tua untuk lebih memperhatikan status gizi remaja salah satunya dengan mengadakan penimbangan berat badan secara rutin (minimal sekali dalam sebulan) .Kata kunci : Aktivitas fisik, asupan, kebiasaan sarapan, overweight, remaja.