

Perbedaan Proporsi Weight Cycling berdasarkan Keseimbangan Asupan saat Diet, Aktivitas Olahraga, dan Faktor lainnya pada Model di Tiga Agency Model terpilih di Denpasar, Bali Tahun 2016

Putri, Ni Kadek Anggi Mahendra

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=124914&lokasi=lokal>

Abstrak

Weight cycling merupakan suatu siklus berulang dari penurunan berat badan yang disengaja melalui diet yang diikuti oleh peningkatan berat badan kembali yang tidak disengaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan proporsi weight cycling berdasarkan keseimbangan asupan makro saat diet, frekuensi makan, dukungan sosial, aktivitas olahraga, dan tingkat stres pada model di tiga agency model terpilih di Denpasar, Bali tahun 2016. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Penelitian ini melibatkan 78 orang model wanita dari tiga agency model terpilih di Denpasar dengan rentang usia 19-25 tahun. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner dan wawancara semiquantitative food frequency questionnaire. Hasil penelitian ini menunjukkan 62,8% model mengalami weight cycling dan sebesar 79,6% model tergolong dalam weight cycler tingkat ringan. Uji chi-square menunjukkan terdapat perbedaan proporsi weight cycling yang bermakna berdasarkan keseimbangan asupan makro saat diet (OR=10,000), frekuensi makan (OR=19,556), dukungan sosial (OR=9,738), aktivitas olahraga (OR=3,143 dan OR=13,750), dan tingkat stress (OR=1,600 dan OR=9,120) pada model di tiga agency model di Denpasar, Bali tahun 2016. Kata Kunci: Weight cycling, model, keseimbangan asupan saat diet, frekuensi makan, dukungan sosial, aktivitas olahraga, tingkat stres. Weight cycling is a repetitive cycle of intentionally losing weight through diet followed by unintentionally weight regain. This study aims to determine the differences proportion of weight cycling based on macronutrient intake balance when dieting, eating frequency, social supports, exercise activities, and stress levels among models in three selected Model Agencies in Denpasar, Bali in 2016. The study design that used in this research is cross sectional study. This research involved 78 female models from three different selected agency in Denpasar, with an age range between 19-25 years old. The data was collected through questionnaire and interview of semiquantitative food frequency questionnaire. The study result showed 62,8% models experience weight cycling and 79,6% models are categorized to mild weight cyclers. Chi-square test show that there are significant differences in the proportion of weight cycling based on macronutrient intake balance when dieting (OR=10,000), eating frequency (OR=19,556), social supports (OR=9,738), exercise activities, (OR=3,143 dan OR=13,750) and stress levels (OR=1,600 dan OR=9,120) among models in three selected Model Agencies in Denpasar, Bali in 2016. Key Words: Weight cycling, model, intake balance when dieting, eating frequency, social support, exercise activities, stress levels.