

Durasi Tidur Sebagai Faktor Dominan Terhadap Kejadian Kegemukan Pada Siswa-Siswi Kelas 6 Sekolah Dasar di Jakarta Utara Tahun 2018

Liling, Reny Hariyani Tandi

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=130046&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini membahas tentang kegemukan serta faktor-faktor penyebab kegemukan pada siswa-siswi Sekolah Dasar kelas 6 di Jakarta Utara. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui besaran prevalensi kegemukan dan membuktikan durasi tidur sebagai faktor dominan dari kegemukan pada populasi studi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi cross sectional. Proses pengambilan data meliputi pengukuran antropometri menggunakan timbangan berat badan yang telah divalidasi serta microtoise, wawancara food recall 24 jam, pengisian kuesioner untuk mengetahui informasi terkait aktivitas fisik, pola makan, dan durasi tidur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 52,3% siswa-siswi yang gemuk (IMT/U Z-score $> 1,00$ standar deviasi). Faktor risiko yang berhubungan dengan kegemukan ialah durasi tidur. Peneliti merekomendasikan agar dilakukan edukasi mengenai Gerakan Masyarakat Sehat (GERMAS) pada siswa-siswi.

Kata kunci: Status gizi; Kegemukan; Anak Sekolah; Durasi Tidur

Abstract

This study discusses the obesity and factors causing obesity in 6th grade elementary school students in North Jakarta. The purposes of this study were to determine the prevalence of obesity and prove the priority to sleep as the dominant factor of obesity in the study population. This study used cross sectional study design. The data collection process includes anthropometric measurements using validated weight scales and microtoise, 24-hour food recall interview, filling out questionnaires to find out related information, diet, and sleep duration. The results showed that there were 52.3% students having obesity (IMT/U Z-score > 1.00 standard deviation). The factors associated with obesity is sleep duration. Researcher recommends to educate students about Gerakan Masyarakat Sehat (GERMAS) to students.

Key words: Nutritional status; Obesity; School children; Sleep duration.