

Hubungan Literasi Gizi dan Faktor Lainnya dengan Persen Lemak Tubuh (PLT) pada Siswi SMAN 34 Jakarta Tahun 2019

Novita, Fransiska

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=132463&lokasi=lokal>

Abstrak

Kadar lemak tubuh yang rendah pada seseorang memiliki dampak pada kondisi kesehatan. Pada remaja putri, kondisi kurang gizi dan rendahnya kadar lemak tubuh menunda proses growth spurt dan memperlambat terjadinya menarche. Penurunan lemak tubuh yang terjadi secara bertahap dalam jangka waktu yang panjang dapat berujung pada terjadinya kurang energi kronis (KEK). Di Indonesia, diketahui remaja perempuan berusia 15-19 tahun yang sedang tidak hamil merupakan kelompok usia dengan proporsi KEK paling tinggi dibandingkan kelompok lainnya, yaitu sebesar 36,3%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat literasi gizi dan faktor lainnya seperti IMT/U, literasi gizi, citra tubuh, perilaku diet penurunan berat badan, aktivitas fisik, dan asupan zat gizi makro dengan persen lemak tubuh (PLT) pada siswi SMAN 34 Jakarta tahun 2019. Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan desain studi cross-sectional yang dilakukan pada 137 siswi dari kelas X dan XI. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner, pengukuran antropometri, dan wawancara food recall 24 jam. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata PLT siswi SMAN 34 Jakarta tergolong normal (27.03% $\pm$ 4.27). Variabel yang diketahui memiliki hubungan yang bermakna dengan PLT adalah IMT/U (p value = 0.000), perilaku diet penurunan berat badan (p value = 0.000), asupan kalori (p value = 0.019), asupan protein (p value = 0.005), dan asupan lemak (p value = 0.007).