

Hubungan Kebiasaan Sarapan Dan Faktor Lainnya Dengan Gizi Lebih Pada Siswa-Siswi SMAN 39 Jakarta Tahun 2020

Nurnafiah, Risma Furi

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=134227&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebiasaan sarapan dan faktor lainnya yang berhubungan dengan gizi lebih pada siswa-siswi di SMAN 39 Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional. Penelitian ini menggunakan data penelitian sekunder yang dilakukan di SMAN 39 Jakarta pada tahun 2019 dengan jumlah sampel sebanyak 130 responden. Pada penelitian ini, gizi lebih sebagai variabel dependen sedangkan kebiasaan sarapan, asupan energi, karbohidrat, protein, lemak, aktivitas fisik, dan jenis kelamin sebagai variabel independen. Data yang digunakan berupa hasil pengisian kuesioner, wawancara 24h-food recall, pengukuran berat badan dan tinggi badan yang dianalisis dengan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 26,9% siswa mengalami gizi lebih. Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan, asupan protein, asupan lemak dan jenis kelamin dengan gizi lebih namun terdapat kecenderungan sebanyak 31% tidak selalu sarapan, 29% asupan protein lebih, 27% asupan lemak lebih dan 29,4% berjenis kelamin laki-laki mengalami gizi lebih. Untuk mencegah maupun menangani siswa-siswi yang mengalami gizi lebih disarankan bagi sekolah dan Dinas Kesehatan mengembangkan program edukasi mengenai gizi seimbang.
 Kata kunci: Gizi Lebih, Kebiasaan Sarapan, Remaja, Siswa SMA.