

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Kebiasaan Sarapan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa/I Di SMA Islam Al-Azhar 4 Bekasi Tahun 2016

Fitri Apriyanti

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74293&lokasi=lokal>

Abstrak

Status gizi lebih dan obesitas terjadi karena pola makan yang kurang baik.

Meningkatnya ketersediaan makanan yang sangat mudah, cepat dan murah dipasaran sehingga kecenderungan seseorang untuk makan akan meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa/i di SMA Islam Al-azhar 4 Bekasi tahun 2016.

Penelitian ini menggunakan data kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah analitik dengan pendekatan Cross Sectional. Penelitian dilakukan di SMA Islam Al-Azhar 4 Bekasi pada bulan Januari ? Oktober 2016. Data yang digunakan adalah data primer (pengisian kuesioner dan wawancara kuesioner Food Recall 1x24 Hour) dan data sekunder berupa profil sekolah berserta jumlah seluruh siswa SMA Al-Azhar 4 Bekasi Tahun Ajaran 2015/2016. Populasi pada penelitian ini adalah kelas X, XI, dan XII berjumlah 764 siswa/i dan berdasarkan perhitungan statistik didapatkan jumlah sampel sebanyak 103 responden. Teknik sampling yang digunakan Statified Random Sampling dengan analisis data menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat.

Hasil univariat pada penelitian ini, kategori terbanyak adalah tidak obesitas (60,2%), genetik orang tua obesitas (53,4%), jenis kelamin laki-laki (54,4%), uang saku kecil (54,4%), kebiasaan sarapan sering (51,5%), asupan energi cukup (74,8%), asupan karbohidrat cukup (71,8%), asupan protein lebih (60,2%), asupan lemak cukup (74,8%), kebiasaan olahraga rutin (50,5%) waktu menonton tv tidak berlebih (60%), dan waktu bermain games tidak berlebih (56%). Hasil bivariat diperoleh variabel yang berhubungan dengan obesitas yaitu variabel genetik orang tua (Pvalue 0,000), uang saku (Pvalue 0,032), asupan lemak (Pvalue 0,031), kebiasaan olahraga (Pvalue 0,000) dan waktu bermain games (Pvalue 0,000). Hasil multivariat menunjukkan 2 variabel yang dominan kebiasaan olahraga (Pvalue 0,001) dan waktu bermain games (Pvalue 0,000). Variabel waktu bermain games merupakan variabel paling berpengaruh terhadap kejadian obesitas dengan OR 96,819.

Untuk sekolah, diharapkan melakukan pemantauan secara berkala terhadap status gizi lebih untuk pada siswa melalui program UKS dan perlu adanya edukasi terhadap orang tua dan siswa tentang makanan sehat dan bergizi.