

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro, Konsumsi Sayur dan Buah, Sedentary Lifestyle, dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Siswa MAN 21 Jakarta

Bella Puspita

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=76956&lokasi=lokal>

Abstrak

Gizi lebih dan obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan serius yang prevalensinya terus meningkat tiap tahun dan faktor risiko kematian terbesar kelima di dunia. Banyak faktor yang memengaruhi terjadinya gizi lebih dan obesitas pada remaja salah satunya adalah perilaku konsumsi dan perilaku aktivitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan energi dan zat gizi makro, konsumsi sayur dan buah, sedentary lifestyle, dan citra tubuh dengan status gizi siswa MAN 21 Jakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi berjumlah 367 siswa yang merupakan siswa atau siswi aktif kelas X dan XI dan sampel berjumlah 88 siswa dengan menggunakan simple random sampling. Data dikumpulkan melalui metode wawancara dan record menggunakan keusioner, dan pengukuran antropometri untuk status gizi. Analisis statistik yang digunakan adalah korelasi pearson dan rank spearman. Hasil penelitian menunjukkan, bahwa 61.4% siswa dengan status gizi normal, namun 1 dari 3 siswa mengalami gizi lebih dan obesitas sebesar 35.2%. Sebagian besar siswa mengalami defisit energi, protein, lemak, karbohidrat, dan konsumsi sayur buah. Sebagian besar siswa memiliki sedentary lifestyle tinggi. Selain itu, lebih dari separuh siswa memiliki perhatian terhadap citra tubuhnya. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi ($p=0.002$), protein ($p=0.008$), lemak ($p=0.002$), karbohidrat ($p=0.010$), citra tubuh ($p=0.000$) dengan status gizi siswa MAN 21 Jakarta. Namun, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi sayur dan buah ($p=0.726$) dan sedentary lifestyle ($p=0.448$) dengan status gizi siswa MAN 21 Jakarta.