

# Hubungan antara asupan serat dan faktor lainnya dengan status gizi lebih pada siswa SMPN 115 Jakarta Selatan tahun 2012 = Relationship between fiber intake and other factors with over nutritional status in Junior High School Student of 115 Junior High School South Jakarta 2012

Fiky Rahayuningtyas, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20318965&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Status gizi lebih sudah menjadi masalah global bagi semua kategori usia, yang akan bermanifestasi menjadi suatu penyakit yang berbahaya pada saat dewasa jika dialami saat masa remaja. Di Indonesia menurut data Riskesdas 2010, prevalensi penduduk usia 13-15 tahun yang memiliki status gizi lebih sebesar 2,9 % pada laki-laki dan 2 % perempuan. Asupan serat memiliki pengaruh yang sangat penting dalam mengontrol penambahan berat badan dan terjadinya status gizi lebih.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara karakteristik siswa, karakteristik orang tua, asupan makanan (asupan serat, energi, lemak, protein, dan kebiasaan jajan), dan aktifitas fisik dengan status gizi lebih pada siswa SMPN 115 Jakarta Selatan tahun 2012.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi potong lintang. Subjek penelitian ini merupakan siswa siswi kelas 7 dan 8 yang memenuhi kriteria sebanyak 113 responden yang dipilih dengan metode systematic random sampling. Data penelitian yang didapatkan dengan cara pengukuran antropometri tinggi badan dan berat badan, kuesioner untuk karakteristik siswa, karakteristik orang tua, kebiasaan jajan, dan aktifitas fisik, serta food recall 2x24 jam untuk asupan makanan.

Hasil penelitian ini sebanyak 47,8 % responden memiliki status gizi lebih dan hasil bivariat yang menggunakan uji chi square menunjukkan hubungan yang bermakna antara jenis kelamin, asupan energi, asupan lemak, asupan karbohidrat, pendidikan ibu, lama tidur, dan kebiasaan berolah raga dengan status gizi lebih. Perlu diberikan edukasi kepada siswa dan pedagang makanan sekitar sekolah mengenai makanan yang harus dikonsumsi siswa sesuai dengan kebutuhannya.

.....Over nutritional status in adolescent has been the global problem for all age, which will become a chronic disease in the future. Indonesia from Riskesdas 2010 had prevalence of over nutrition in adolescent, 13-15 years old, 2,9 % in male and 2 % in female. Fiber intake has a very important role for controlling weight gain and the next over nutrition.

This research objectively investigated relationship between student characteristic, parents characteristic, food intake (fiber intake, energy intake, fat intake, protein intake, and snacking habit), and physical activity with over nutritional status in junior high school student of 115 Junior High School East Jakarta 2012.

This research was a quantitative study with cross sectional study. Subjects for this research are 113 of 7th and 8th grade students who meet the criteria. They selected by systematic random sampling. Data for this research are obtained by antropometri measurement for height and weight, questionnaire for student and parents characteristic, snacking habit, and physical activity, and also food recall 2x24 hour for food intake data.

Based from the result, 47,8 % respondents had over nutritional status and from analyses data by chi square test, there were significantly relationship between gender, energy intake, fat intake, carbohydrate intake,

mother's education, sleep duration, and exercise habits with over nutritional status. It is important giving an education for student and food seller in around the school, especially for school's canteen, about the food that supposed to be eaten for the students according their needs.