

Hubungan antara kebiasaan dan pola sarapan, asupan energi, dan aktivitas fisik dengan status gizi Siswa Kelas X SMAN 39 Jakarta Tahun 2013 = Relationship between breakfast habit and pattern, energy intake, and physical activity with nutritional status in Students Class X of 39 Senior High School Jakarta Year 2013.

Novita Arie Setiawati Gunawan, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20345942&lokasi=lokal>

---

Abstrak

Skripsi ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan dan pola sarapan, asupan energi, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja. Penelitian ini dilakukan pada siswa dan siswi SMAN 39 Jakarta tahun 2013. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi kelas X yang sudah memenuhi kriteria penelitian sebanyak 115 responden yang dipilih dengan metode systematic random sampling. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan cara pengukuran antropometri untuk tinggi dan berat badan, food recall 24 jam untuk asupan makanan, dan kuesioner untuk data karakteristik responden dan orang tua, kebiasaan dan pola sarapan, pengetahuan gizi, dan aktivitas fisik. Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh sebanyak 29,6% responden gemuk dan hasil uji bivariat menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan sarapan, pola sarapan, dan pengetahuan gizi dengan status gizi. Oleh karena itu, perlu diberikan edukasi atau penyuluhan mengenai gizi seimbang yang termasuk di dalamnya pesan tentang pentingnya sarapan setiap hari.

.....This research was a quantitative study with cross sectional study which objectively investigated relationship between breakfast habit and pattern, energy intake, and physical activity with nutritional status in adolescents. This research was done to student of 39 Senior High School Jakarta year 2013. Subject for this research are students in class X who meet the criteria of the research about 115 respondents. They were selected by systematic random sampling. Data for this research were obtained by antropometric measurement for height and weight, food recall 24 hours for food intake, and questionnaire for students and parents characteristic, breakfast habit and pattern, nutrition knowledge, and physical activity. Based on the result of this research, 29,6% respondents were overweight. Based on bivariate analysis, there were relationship between breakfast habit, breakfast pattern, and nutrition knowledge with nutritional status. Therefore, students had to be given education or guidance about nutritional balance that includes messages about the importance of breakfast everyday.