

# Hubungan citra tubuh, aktifitas fisik, dan pola konsumsi dengan status gizi (IMT/U) pada Remaja Putri di SMP Makarya Kebayoran Lama Jakarta Selatan Tahun 2013 = Relationship among body image, physical activity, and consumption pattern with nutritional status (BMI/Age) Young Women at Junior High School of Makarya Kebayoran Lama South Jakarta in 2013

Nainggolan, Juni Astaty, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20346385&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Masa remaja adalah masa perubahan fisik yang sangat unik dan berkelanjutan. Perubahan fisik tersebut akan berpengaruh kepada pertumbuhan, status kesehatan dan gizinya. Remaja mempunyai masalah dengan citra tubuh, pola makan tidak teratur, gaya hidup, dan aktifitas fisik. Di Indonesia menurut Riskesdas 2010, prevalensi kegemukan anak berumur 13-15 tahun sebesar 2,5% dan DKI Jakarta berada diatas prevalensi nasional (4,2%).

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan citra tubuh, aktifitas fisik, dan pola konsumsi dengan status gizi (IMT/U) pada remaja putri SMP Makarya Kebayoran Lama Jakarta Selatan tahun 2013. Disain penelitian adalah cross sectional. Sampel penelitian 114 orang siswi kelas VII dan VIII SMP Makarya Kebayoran Lama Jakarta Selatan.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April tahun 2013 dengan mengambil data primer melalui pengisian kuesioner tentang citra tubuh, aktifitas fisik dan pola konsumsi serta pengukuran berat badan menggunakan microtoise dan pengukuran berat badan dengan timbangan seca. Analisis data menggunakan uji Chi Square dan Anova.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara menonton televisi atau main komputer/video game ( $p=0,044$ ), makan makanan siap saji (OR gizi lebih dan normal=0,000, OR gizi lebih dan kurang=0,001), kebiasaan jajan (OR gizi lebih dan normal=0,045, OR gizi lebih dan kurang=0,004) dengan status gizi. Tidak ada hubungan yang bermakna antara citra tubuh, waktu tidur, kebiasaan olahraga, dan makan pagi dengan status gizi.

Disarankan siswi mengurangi menonton televisi atau main komputer/video game, mengurangi konsumsi makanan fast food dan kebiasaan jajan. Sekolah diharapkan mengadakan pendidikan kesehatan dan melakukan pemantauan status gizi.

.....Adolescence is a period of physical change in a very unique and sustainable. The physical changes will affect the growth and the health and nutritional status. Adolescents have problems with body image, irregular pattern of consumption, life style and physical activity. In Indonesia (Riskesdas at 2010), prevalence of overweight children in aged 13-15 years of 2.5% and DKI Jakarta is above the national prevalence (4.2%).

The goal of study was to know the relationship among body Image, physical activity, and consumption pattern with nutritional status (IMT/U) young women at Junior High School of Makarya Kebayoran Lama, South Jakarta in 2013. Design of study was cross sectional. Samples were 114 girls of class VII and VIII at Junior High School of Makarya Kebayoran Lama, South Jakarta.

This study was done at April 2013 by using primary data through questionnaires about body image, physical

activity and patterns of consumption and weight measurements used microtoise and seca weight measurement scales. Data analysis used Chi Square test and Annova test.

There was a significant relationship between watching television or playing computer/video games (p value = 0.044), habit of eating fast food (OR overweight and normal weight=0,000, OR overweight and underweight=0,001), habit of eating snacks (OR overweight and normal weight=0,045, OR overweight and underweight=0,004) and nutritional status. There is no significant relationship between body image, sleep, exercise, and eat breakfast with nutritional status.

Advised for the young women with the pattern of nutritionally balanced meals, watching television or playing computer / video games in moderation. The Schools are expected to conduct health education, and collaboration with UKS officers.