

Pengaruh Melewatkan Makan terhadap Kualitas Diet dan Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Atas di Depok, Jawa Barat = Skipping Meals in High School Students Related to Diet Quality and Their Nutritional Status in Depok, West Java

Khalida Fauzia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20487840&lokasi=lokal>

Abstrak

Melewatkan makan adalah praktik diet yang tidak sehat di kalangan remaja yang sering terjadi di negara maju dan berkembang. Ini mungkin menyebabkan remaja kekurangan nutrisi untuk pertumbuhan secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi melewatkan makan terkait dengan kualitas diet dan status gizi di kalangan siswa sekolah menengah di Depok, Jawa Barat. Studi potong lintang dilakukan di antara siswa sekolah menengah swasta dan negeri di Depok, Jawa Barat, pada bulan Agustus - Desember 2018 menggunakan sampling acak bertahap. Sebanyak 283 subjek, 113 laki-laki dan 170 perempuan berusia 15-18 tahun, terpilih secara acak dari sekolah. Karakteristik sosial ekonomi, pengetahuan gizi, dan konsumsi makanan dikumpulkan dengan wawancara terstruktur. Asupan makanan diperoleh dengan menggunakan pengulangan 3 hari 24-hour recall. Kualitas diet diukur menggunakan Indeks Kualitas Diet-Internasional (DQI-I) yang berfokus pada empat aspek utama dari diet berkualitas (variasi, kecukupan, moderasi, dan keseimbangan keseluruhan). Status gizi dikategorikan sebagai, normal, overweight, dan obesitas menggunakan cut-off WHO. Multivariat logistik-regresi dilakukan untuk mengidentifikasi hubungan antara melewatkan makan dan kualitas diet, dianggap signifikan jika p-value <0,05. Uji Mann-Whitney digunakan untuk menemukan perbedaan kualitas diet antara dua kelompok status gizi (kelompok obesitas tidak kelebihan berat badan dan kelebihan berat badan). Ada 86,9% siswa sekolah menengah yang melewatkan makan setiap harinya; sarapan dan makan malam adalah makan yang paling sering mereka lewatkan. Siswa laki-laki memiliki risiko yang lebih kecil untuk melewatkan makan daripada perempuan (OR = 0,35, p = 0,005). Skor rata-rata populasi untuk DQI-I adalah 46,00 dari skor yang mungkin (100). Aspek keseimbangan keseluruhan adalah skor terendah, 2,00 dari skor yang mungkin (10,00). Rendahnya pengetahuan gizi (Penyesuaian OR = 1,71; p = 0,038) dan melewatkan makan (OR = 3,06; p = 0,006) berhubungan dengan skor DQI-I yang lebih rendah setelah dilakukan penyesuaian dengan jenis kelamin, usia, status pekerjaan ibu, dan uang saku. Sebagai indikator dari melewatkan makan, konsumsi sarapan yang tak teratur (Penyesuaian OR = 3,09; p = 0,007 untuk yang “tidak pernah” konsumsi; penyesuaian OR = 2,48; p = 0,001 untuk konsumsi “kadang”) juga berhubungan terhadap skor DQI-I yang lebih rendah. Siswa dengan status gizi normal memiliki skor median variasi yang lebih tinggi daripada siswa kelebihan berat badan-obesitas. Mengonsumsi sarapan secara teratur dan meningkatkan pengetahuan gizi penting untuk meningkatkan kualitas diet dan status gizi siswa sekolah menengah.

Skipping meals were unhealthy practice of diet among adolescents that often occurs in both developed and developing countries. It might lead the adolescents lack nutrients for growth optimally. This study aimed to identify skipping meals related to diet quality and nutritional status among high school students in Depok, West Java. A cross-sectional study was conducted among private and public high school students in Depok, West Java, in August – December 2018 using stratified random sampling. A total of 283 respondents, 113 males and 170 females aged 15-18 years, were

selected randomly from the schools. Socioeconomic characteristics, nutritional knowledge, and meals consumption were collected by structured interview. Dietary intake was obtained using 3-days repeated 24-hour recall. Diet quality was measured using Diet Quality Index-International (DQI-I) that focused on four major aspects of quality diet (variety, adequacy, moderation and overall balance). Nutritional status was categorized as thinness, normal, overweight, obese using WHO cut-off. Multivariate logistic-regression was carried out to identify the association between skipping meals and diet quality, considered significant if p-value <0.05. Mann-Whitney test was used to find the diet quality difference between two groups of nutritional status (normal and overweight obese group). There were 86.9% of high school students who skipped any meals; breakfast and dinner were the most meals occasion that skipped by them. Male students had less risk of skipped meals than females (OR = 0.35, p = 0.005). Median score of the population for DQI-I was 46.00 of possible score (100). Overall balance aspect was the lowest score, 2.00 of possible score (10.00). Poor nutritional knowledge (Adjusted OR = 1.71, p = 0.038) and skipping any meals (OR = 3.06, p = 0.006) had significant association with lower score DQI-I after adjusted with sex, age, mothers' employment, and weekly pocket money. In term as skipping meals indicator, irregular breakfast consumption (Adjusted OR = 3.06, p = 0.007 for never consumption; adjusted OR = 2.54, p = 0.001 for sometimes consumption) were also associated to had lower DQI-I score after adjustment. Students with normal nutritional status had higher median score of variety component than overweight obese students. Therefore, having regular breakfast consumption and improving nutrition knowledge should be highlighted in order to increase diet quality and nutritional status of the high school students.</p>