

Hubungan antara perilaku kesehatan dengan status gizi sesuai gender pada mahasiswa sebuah universitas di Depok, Indonesia = Relationship between health-related habits and nutritional status of university students in Depok, Indonesia grouped by gender

Siagian, Natan Kevin Partogu, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20500833&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Pendahuluan: Saat ini, Indonesia mengalami fenomena yang disebut WHO sebagai double burden status gizi (beban ganda). Beban ganda berarti Indonesia mengalami permasalahan baik di sisi underweight dan obesitas. Dari data Global Nutrition Report 2015, 5,7% masyarakat Indonesia mengalami obesitas (mengacu pada kriteria WHO).

Menurut data tahun 2018 di klinik sumber data, 24% mahasiswa barunya mengalami kondisi obesitas.

Untuk itu perlu ditemukan rekomendasi optimal sesuai kebiasaan

kesehatan untuk mengembalikan status gizi ke normal. Metode: Penelitian ini adalah analisis komparatif menggunakan desain potong lintang. Data populasi merupakan data sekunder pemeriksaan kesehatan awal bagi mahasiswa baru Universitas. Perilaku kesehatan ditentukan melalui sebuah kuesioner. Populasi dibagi menjadi populasi pria dan wanita. Kemudian, dua grup itu akan dibagi menjadi dua subgrup. Satu subgrup membandingkan perilaku kesehatan antara populasi dengan status gizi normal dan underweight. Subgrup kedua membandingkan perilaku kesehatan antara populasi dengan status gizi normal dan obesitas. Analisis akan dilakukan secara univariat dengan metode Pearsons Chi Square. Hasil kemudian dibandingkan dengan analisis multivariat menggunakan regresi multinomial. Hasil: Perilaku Kesehatan dengan hasil signifikan secara statistik sesuai urutan berat eksponen B regresi adalah konsumsi karbohidrat, konsumsi buah dan aktivitas fisik. Ketiga variabel bebas ini signifikan di lebih dari satu subgrup. Khusus untuk subgrup pria underweight, konsumsi protein juga signifikan secara statistik. Kesimpulan: Korelasi signifikan ditemukan antara status gizi dengan variabel bebas konsumsi karbohidrat, buah dan aktivitas fisik. Rekomendasi penelitian bagi Universitas untuk penanggulangan malnutrisi adalah konsumsi karbohidrat tidak kurang dari 3 kali sehari dengan porsi secukupnya, konsumsi buah dengan kadar gula rendah, aktivitas fisik teratur dan khusus bagi mahasiswa

<hr>

ABSTRACT

Introduction: Right now, Indonesia is facing a health problem called the double burden of malnutrition. Double burden means that right now Indonesias population is at risk for underweight and obesity. According to a 2018 survey done by a university clinic, 24% of the university fresh batch is clinically obese. To put that in perspective, the Global Nutrition Report mentions that in 2015, 5,7% of Indonesias population is obese much lower than the rate in the University. Because of that an optimal recommendation for lifestyle changes is needed. Method: This is a comparative analysis using cross-sectional research design. The data used is from a compulsory health examination for new students done in the students clinic of a University in Depok. Health-Related Habits is recorded through a questionnaire. Population is grouped to 4 groups under weight male compared to normal male, obese male compared to normal male, under weight female

compared to normal female and obese female compared to normal female. Statistical analysis will be done through univariate and multivariate analysis. Univariate analysis is done using Pearsons Chi Square and the Multivariate Analysis using multinomial regression analysis. Results will be compared between these two analysis. Result: Health-Related Habits with statistically significant results is consumption of carbohydrates, fruits and physical activity. The results listed in the last sentence is ordered from most important to less important in accordance to the exponent B. In the male-underweight sub-group, the consumption of animal protein also yield a significant result. Conclusion: Significant Correlation was found between nutritional status and consumption of carbohydrates, fruits and physical activity. From the results, we recommend for Universities to implement: Carbohydrate consumptions no less than 3 times a day with sufficient portion, selecting fruit with low sugar content, daily workout and for males with BMI <18 to consume animal protein no less than 3 times a day.