

## Hubungan konsumsi makanan, kebiasaan jajan dan pola aktivitas fisik dengan status gizi siswa

Marbun, Rosmida Magdalena, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=94042&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Salah satu cara yang digunakan untuk menentukan status gizi seorang anak adalah dengan mengetahui indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U). Keadaan gizi lebih atau kurang terjadi karena adanya ketidakseimbangan konsumsi zat gizi di dalam tubuh. Keadaan gizi lebih pada siswa Sekolah Dasar di daerah perkotaan sekarang ini diduga terjadi akibat dari konsumsi makanan yang berlebih didukung oleh kebiasaan dan pola aktivitas fisik yang relatif rendah. Oleh karena itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi makanan, kebiasaan jajan dan pola aktivitas fisik pada siswa Sekolah Dasar Santa Maria Fatima, Jakarta Timur.

Penelitian ini menggunakan desain non experimental dengan pendekatan cross sectional pada siswa Sekolah Dasar Santa Maria Fatima - Jakarta Timur, dimana pengumpulan data dilakukan pada Oktober 2001. Sebagai sampel adalah siswa SD kelas IV, V dan VI. Variabel dependen adalah status gizi dan variabel independen adalah konsumsi makanan (energi, protein dan lemak) kebiasaan jajan (frekuensi jajan, jenis makanan jajan dan frekuensi makan makanan siap saji); pola aktivitas fisik (waktu tidur siang, waktu tidur malam, waktu menonton televisi dan kebiasaan olah raga). Sedangkan variabel confounding terdiri dari karakteristik siswa (umur jenis kelamin dan pengetahuan gizi) dan karakteristik orang tua (tingkat pendidikan ibu, tingkat pendidikan ayah, status pekerjaan ibu, jenis pekerjaan ayah dan tingkat pendapatan keluarga per kapita/bulan).

Analisis yang dilakukan adalah univariat, bivariat dan multivariat dengan regresi logistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi lebih didapatkan sebesar 17,9 % sedangkan status gizi tidak lebih sebesar 82,1 %. Dari hasil analisis bivariat diketahui bahwa variabel yang mempunyai hubungan bermakna dengan status gizi adalah frekuensi jajan, jenis makanan jajan, frekuensi makan makanan siap saji, waktu tidur siang, waktu menonton televisi, tingkat pendidikan ayah dan status pekerjaan ibu serta tingkat pendapatan keluarga per kapita/bulan.

Sedangkan dari hasil analisis multivariat diketahui bahwa ada 3 variabel yang paling berhubungan dengan status gizi yaitu frekuensi jajan dengan OR = 3,437, waktu tidur siang dengan OR = 2,937 dan waktu menonton televisi dengan OR = 13,006 & 1,302. Lebih lanjut dari hasil analisis multivariat diungkapkan bahwa variabel yang paling dominan berhubungan dengan status gizi adalah waktu menonton televisi, dalam arti siswa usia 7 - 9 tahun yang menonton waktu menonton televisi 2-3 jam sehari mempunyai peluang gizi lebih 13,006 kali dibandingkan siswa yang menonton televisi < 3 jam sehari; siswa usia 10 -12 tahun yang menonton televisi 2-3 jam sehari mempunyai peluang gizi lebih 1,302 kali dibandingkan siswa yang menonton televisi < 3 jam sehari, setelah dikontrol oleh variabel frekuensi jajan, waktu tidur siang, umur, tingkat pengetahuan gizi, tingkat pendidikan ibu, tingkat pendidikan ayah, status pekerjaan ibu dan

lingkatpendapatan keluarga per kapita/bulan.

Weight for age (WFA) is an index used in determining children nutritional status. Over or undernutrition is caused by imbalance of nutrient consumption in the body. Overnutrition situation among Primary School student, especially in urban areas nowadays is suspected to be associated with excessive food intake, snacking habit, and especially poor physical condition. This study aimed to examine the relation between food consumption, snacking habit, and physical activity pattern among students of Santa Maria Fatima Primary School, East Jakarta.

This study employed a non-experimental design with a cross sectional, where the data was collected at October 2001. Subjects were grade IV, V, and VI students. The dependent variable is nutritional status while independent variables consist of food consumption (energy, protein, and fat); snacking habit (frequency of snacking, type of snack, and frequency of fast food consumption); physical activity pattern (sleeping time during day and night, TV watching time, and exercise habit). Confounding variables consist of student's characteristics (age, sex, and nutrition knowledge), and parent's characteristics (mother's educational level, father's educational level, mother's working status, father's working status, and household per capita income per month).

Univariate, bivariate, and multivariate analyses with logistic regression were applied in this study. The study found overnutrition of 17,9%, and normal nutrition status of 82,1%. The bivariate analysis showed that variables with significant relationship with nutritional status are frequency of snacking, type of snack, frequency of fast food consumption, sleeping time during day, TV watching time, father's educational level, mother's working status, and household per capita income per month. However, multivariate analysis showed that there are three variables most related to nutritional status, that is, frequency of snacking with OR = 3,437, sleeping time during day with OR = 2,937 and TV watching time with OR = 13,006 and 1,302, respectively.

Moreover, the multivariate analysis found that the most dominant variable in relation to nutritional status is TV watching time. Students aged 7-9 years old with more or equal to 3 hours per day TV watching time had 13,006 times greater chance to be overnourished compared to their counterparts with TV watching time of less than 3 hours per day, while students aged 10-12 years old with more or equal to 3 hours per day TV watching time had 1,302 times greater chance to be overnourished compared to their counterparts with TV watching time of less than 3 hours per day after controlled by frequency of snacking, sleeping time during day, age, nutrition knowledge, mother's educational level, father's educational level, mother's working status, and household per capita income per month. Based on the study's results, it is recommended that related institutions, in this case Health Office/Public Health Centre to collaborate with schools to provide nutrition promotion program including how to prevent and how to overcome over-nutrition problem. Possible programs include "dokter kecil" activity (school health promoter) and school-based health program. Information on Balance Nutrition Guidelines needs to be embarked and targeted to both teacher and students according to their grade. School should establish an inspection team, with help from local health personnel, to inspect street food vendors around school as to obtain healthy and nutritionally balanced snacks. To other researchers intended to study similar topic, it is recommended to study a bigger sample size with various type of school, and to have more complete set of variables including psychology, lifestyle, and genetics.

infomation.</i>