

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN MAKAN PAGI, PENCITRAAN
TUBUH DAN STATUS GIZI SISWI
SMAN 16 SEMARANG**

Artikel Penelitian

**Disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
pada Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro**



**Disusun oleh :
Ajik Nur Rohmah
G2C004246**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2009**

HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN MAKAN PAGI, PENCITRAAN TUBUH, DAN STATUS GIZI SISWI SMAN 16 SEMARANG

Ajik Nur Rohmah¹ Agus Sartono²

ABSTRAK

Latar Belakang : Remaja selalu tidak puas dengan penampilan mereka. Remaja putri biasanya membatasi asupan makanan untuk mendapatkan tubuh langsing. Salah satu caranya yaitu dengan tidak makan pagi. Pemahanan dan keinginan untuk mendapatkan tubuh yang langsing ini akan menyebabkan mereka mengurangi asupan makanan dan akan berpengaruh pada status gizi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan makan pagi, pencitraan tubuh dan Status gizi siswi SMAN 16 Semarang.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional*. Subjek dalam penelitian ini adalah semua siswi SMAN 16 Semarang kelas satu, yaitu sebanyak 37 siswi yang memenuhi persyaratan. Subjek di peroleh dengan *purposive sampling*, kuesioner digunakan untuk memperoleh gambaran kebiasaan makan pagi dan pencitraan tubuh. Data yang dikumpulkan adalah umur, berat badan, tinggi badan, Indeks Massa Tubuh, kebiasaan makan pagi dan pencitraan tubuh .

Hasil : 40,5% subjek selalu makan pagi setiap hari, 48,6% subjek merasa puas dengan keadaan tubuhnya, sedangkan yang lainnya (51,4%) tidak puas dengan keadaan tubuhnya dan 75,7% subjek termasuk kedalam status gizi kurang. Uji Rank Spearman menunjukkan adanya hubungan antara pencitraan tubuh dengan status gizi ($p = 0,003$ $r = -0,47$), tetapi tidak terdapat hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan status gizi.

Simpulan: Pencitraan tubuh berhubungan dengan status gizi siswi remaja. Kebiasaan makan pagi tidak berhubungan dengan status gizi.

Kata Kunci : Kebiasaan makan pagi, pencitraan tubuh, status gizi siswi.

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang

² Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.

THE ASSOCIATION BETWEEN BREAKFAST HABITS, BODY IMAGE AND NUTRITIONAL STATUS IN SENIOR HIGH SCHOOL FEMALE STUDENTS

¹Ajik Nur Rohmah ²Agus Sartono

ABSTRACT

Background : Adolescent often feel dissatisfied with their appearance, female adolescent usually restrict their consumption by skipping breakfast to get slim body, the perception about slim body can influence their nutritional status. The objective of this study was to find out the correlation between breakfast habits, body image and nutritional status among female students.

Method : This study was an analytical survey by cross sectional design on 37 female students in the first years. Subject were taken by using purposive sampling, the questionnaire was used to get information about breakfast habits and body image. The data collected were age, weight, height, body mass index (BMI), breakfast habits and body image.

Result : 40,5% subject always eating breakfast every day, 48,6% subject were satisfied with their body, but the other (51,4%) were not satisfied, 75,7% subject are underweight. Rank Spearman test showed that any significant correlation between body image and nutritional status ($p = 0,003$ $r = -0,47$), but there were no correlation between breakfast habits and nutritional status.

Conclusion : Body image were associated with nutritional status. Breakfast habits have no association with nutritional status.

Keyword : Breakfast habits, body image, nutritional status, female students.

¹ Students of Nutrition Science Study Programme Medical Faculty Diponegoro University Semarang

² Lecture of Nutrition Science Study Programme Medical Faculty Diponegoro University Semarang