

## Durasi tidur sebagai faktor dominan terhadap kejadian kegemukan pada siswa-siswi kelas 6 sekolah dasar di Jakarta Utara tahun 2018 = Sleep duration as a dominant factor against obesity occurrence in 6th grade elementary school students in North Jakarta 2018

Reny Hariyani Tandi Liling, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20474429&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penelitian ini membahas tentang kegemukan serta faktor-faktor penyebab kegemukan pada siswa-siswi Sekolah Dasar kelas 6 di Jakarta Utara. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui besaran prevalensi kegemukan dan membuktikan durasi tidur sebagai faktor dominan dari kegemukan pada populasi studi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi cross sectional. Proses pengambilan data meliputi pengukuran antropometri menggunakan timbangan berat badan yang telah divalidasi serta microtoise, wawancara food recall 24 jam, pengisian kuesioner untuk mengetahui informasi terkait aktivitas fisik, pola makan, dan durasi tidur.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 52,3 siswa-siswi yang gemuk IMT/U Z-score >1,00 standar deviasi. Faktor risiko yang berhubungan dengan kegemukan ialah durasi tidur. Peneliti merekomendasikan agar dilakukan edukasi mengenai Gerakan Masyarakat Sehat GERMAS pada siswa-siswi

.....This study discusses the obesity and factors causing obesity in 6th grade elementary school students in North Jakarta. The purposes of this study were to determine the prevalence of obesity and prove the priority to sleep as the dominant factor of obesity in the study population.

This study used cross sectional study design. The data collection process includes anthropometric measurements using validated weight scales and microtoise, 24 hour food recall interview, filling out questionnaires to find out related information, diet, and sleep duration.

The results showed that there were 52.3 students having obesity IMT U Z score 1.00 standard deviation. The factors associated with obesity is sleep duration. Researcher recommends to educate students about Gerakan Masyarakat Sehat GERMAS to students.