

Hubungan Gaya Hidup dengan Indeks Massa Tubuh Orang Dewasa di Kotamadya Bandung Tahun 1996

Ida Ruslita Amir, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=78388&lokasi=lokal>

Abstrak

Banyak cara yang dapat dipergunakan untuk mengetahui keadaan gizi seseorang. Salah satu cara adalah dengan mengukur Indeks Massa Tubuh (IMT).

Dengan mengetahui IMT dapat diketahui apakah berat badan seseorang lebih atau kurang. Keadaan gizi kurang atau lebih dapat terjadi karena ketidak seimbangan gizi. Selanjutnya keadaan gizi selain dapat ditentukan oleh konsumsi energi juga dapat ditentukan oleh komposisi zat gizi yang dikonsumsi sehari-hari.

Penelitian ini merupakan bagian dari survei status gizi orang dewasa di 12 kota besar di Indonesia (kerja sama Direktorat Bina Gizi Masyarakat Depkes dengan FKM - UI. Penelitian dilakukan di Kotamadya Bandung Jawa Barat dengan desain penelitian potong lintang (Cross Sectional). Pengumpulan data dilakukan pada bulan Juli 1996.

Sebagai sampel adalah orang dewasa (umur 5 18 tahun) sebanyak 382 orang yang terdiri dari 43,97% laki-laki dan 56,03% wanita

Tujuan dari mempelajari Indeks Massa Tubuh orang dewasa dan hubungannya dengan gaya hidup. Variabel yang diteliti meliputi konsumsi makanan, (total energi, persentase karbohidrat terhadap energi, persentase lemak terhadap total energi), indeks aktifitas fisik (alktifitas waktu bekerja, waktu olah raga dan waktu luang), kebiasaan merokok dan tingkat stres. Selain itu juga dilihat karakteristik seperti jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, tingkat ekonomi dan keadaan kesehatan.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata IMT orang dewasa sebesar $23,165 \pm 3,721$ Disamping itu diketahui juga bahwa prevlensi gizi kurang pada orang dewasa adalah sebanyak 10,7% sedangkan gizi lebih sebanyak 29,4%.

Rata rata konsumsi total energi adalah 1885 kalori dengan persentase karbohidrat terhadap total energi adalah 58,70 %. Selanjutnya persentase lemak terhadap total energi adalah 28,30 %.

Dari hasil analisis bivariat diketahui bahwa variabel yang mempunyai hubungan yang bermakna dengan IMT adalah total energi, jenis kelamin, indeks aktifitas fisik waktu bekerja dan kebiasaan merokok. Sedangkan dari hasil analisis multivariat diketahui bahwa variabel yang paling dominan berhubungan dengan IMT adalah aktifitas fisik waktu bekerja.

Berdasarkan hasil tersebut , disarankan kepada pengambil keputusan di bidang kesehatan untuk mulai

menyusun rencana dan program pencegahan dan penanggulangan masalah gizi, terutama masalah gizi lebih pada orang dewasa. Program yang mungkin dapat dilakukan antara lain adalah program penyuluhan melalui organisasi masyarakat, perkantoran dan perusahaan .

Disamping perlu pula dipikirkan untuk melakukan langkah penanggulangan secara dini untuk para remaja dan anak sekolah yang merupakan generasi penerus bangsa. Kegiatan penanggulangan kebiasaan merokok perlu pula digalakkan melalui larangan merokok di tempat-tempat tertutup, perkantoran dan lain sebagainya.

Selain itu disarankan juga agar dalam melaksanakan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS), diharapkan dalam penjelasan tentang jumlah konsumsi makanan terutama persentase lemak dari total dapat diberikan dengan angka yang lebih spesifik menurut keadaan gizi sasaran.

Saran bagi peneliti yang akan mempelajari faktor yang mempengaruhi IMT, agar mengukur aktifitas fisik dengan metode yang lebih sesuai dengan kondisi orang Indonesia.

Daftar Pustaka : 53 (1974-1996)

Relationship Between Lifestyle and Body Mass Index in Adults in Municipality of Bandung, 1996
Nutritional status can be measured by many methods and one of them is measuring Body Mass Index (BMI). Based on BMI we would know if someone had over nutrition or under nutrition. These are outcomes of failure in energy balance. Total energy consumption is not the only factor that influenced nutrition status but also by nutrient composition in the daily diet.

This study use secondary data according to nutrition and health survey in adult (cooperation between Ministry of Health and Faculty of Public Health, University of Indonesia), was being held in municipality of Bandung, West Java.

Design of study was across sectional and data were collected on July,1996. Total sample were 382 persons aged 18 - 86 years old, consist of 43,97 % male and 56,03 % female.

The main purpose of this study is to find out adult's BMI and the correlation to life style. The variable consist of food consumption (total energy, percentage of carbohydrate to total energy, percentage of fat to total energy), physical activity index (activity on working hours, activity on exercises and activity on spare time), smoking habit and level of stress. Beside all the factors above, characteristics of respondent was also observed, such as sex, age, education and economic level, and status of health.

This study showed that average of BMI was $23,165 \pm 3,72$ and the prevalence of under nutrition in adult was 10,7% and for over nutrition was 29,4 % (based on nutrition standard of Ministry of Health). The average of total energy was 1885 calories, mainly derived from 58,70 % carbohydrate and 27,25 % fat. Based on bivariate analysis, total energy, sex, index of physical activity on working hours and smoking habit showed significant correlation with BMI, while multivariate analysis showed that the most dominant variable to BMI was physical activity on working hours.

According to this result it is suggested to decision maker in health program to develop plans and programs for prevention and treatment of nutrition problems, especially over nutrition in adults. The programs that could be suitable are dissemination of information through community organization, offices and trade companies. Beside that, it is also have to be considered to make early treatment for teenager and school children who were the next generation in this country. Activities to overcome smoking habit should be enhanced through prohibition of smoking in closed room, offices etc. Beside that, it also suggested implementation of the Indonesian Nutrition Guideline (Pedoman Umum Gizi Seimbang), delivery of information about total food consumption , especially percentage of fat should be delivered with more specific scored based on nutrition status of population/target. Suggestion for the researcher which will study about factors that influence BMI is that physical activity should be measured with methods that suitable for Indonesian people.

References : 53 (1974 -1996)</i>