

ABSTRAK

Indeks massa tubuh (IMT) adalah cara sederhana untuk mengukur status gizi pada orang dewasa dapat dihitung dengan cara membagi berat badan dalam kilogram (kg) dengan tinggi badan dalam meter kuadrat (m²). Waktu kuliah yang padat pada mahasiswa Fakultas Kedokteran menjadi salah satu alasan melewatkan sarapan dan dapat mempengaruhi status gizi yang berujung *overweight* sehingga menyebabkan peningkatan risiko penyakit tidak menular. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dengan perubahan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung angkatan 2018. Jenis penelitian adalah analitik observasional dengan desain kohort prospektif pada 71 responden yang dilakukan selama 2 bulan. Data kebiasaan sarapan diambil dengan metode *food recall* 24 jam setiap 3 kali dalam seminggu selama 2 bulan dan data IMT diambil dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan sebanyak 3 kali dalam 2 bulan. Data dianalisis menggunakan Uji *fisher exact*. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan perubahan IMT ($p=0,44$). Hal ini disebabkan karena ada banyak faktor yang mempengaruhi perubahan IMT seseorang antara lain aktivitas fisik harian dan penelitian ini tidak meneliti aktivitas fisik harian yang dilakukan oleh responden.

Kata kunci: Indeks Massa Tubuh, Mahasiswa Kedokteran, Sarapan

ABSTRACT

Body mass index (BMI) is a simple way to measure nutritional status in adults which can be calculated by dividing body weight in kilograms (kg) by height in meters squared (m²). Heavy lecture time at Medical Faculty students is one of the reasons for skipping breakfast and can affect nutritional status that leads to overweight, causing an increased risk of non-communicable diseases. The purpose of this study is to determine the relationship between breakfast habits and body mass index changes on Medical Faculty students, Bandung Islamic University class of 2018. This type of research was observational analytic with a prospective cohort design on 71 respondents for 2 months. Breakfast habits data were taken by the 24 hours food recall method every 3 times a week for 2 months and BMI data taken with measurements of body weight and height 3 times in 2 months. Data were analyzed using Fisher exact test. The results showed no significant relationship between breakfast habits with changes in BMI ($p = 0.44$) because there are many factors that affect changes in a person's BMI, including daily physical activity and this study does not examine the daily physical activity carried out by respondents.

Keyword: *Body Mass Index, Breakfast, Medical Faculty Student*