

ABSTRAK

RAFIQATUL ADIYANI. 2020. Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Siswa Kelas 5 MIN 1 Kota Malang. Pembimbing : Tapriadi, dan Sugeng Iwan Setyobudi.

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi lebih atau obesitas pada anak mempunyai konsekuensi medis serius terutama untuk masa depan kualitas manusia Indonesia. Obesitas yang terjadi selama masa kanak-kanak memiliki konsekuensi medis jangka pendek, meliputi efek yang merugikan terhadap pertumbuhan. Kegemukan dan obesitas pada anak berisiko berlanjut ke masa dewasa dan merupakan faktor risiko terjadinya berbagai penyakit metabolik dan degeneratif. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang rendah dan tingginya asupan dapat berisiko menyebabkan obesitas dini pada anak.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi energi, protein dan aktivitas fisik dengan status gizi siswa kelas 5 MIN 1 Kota Malang.

Jenis Penelitian ini merupakan survei analitik dengan rancangan penelitian cross sectional dengan jumlah sampel sebanyak 32 siswa. Pengambilan data tingkat konsumsi energi dan protein dengan cara *food recall* 24 jam, status gizi (IMT/U) dengan cara pengukuran berat badan dan tinggi badan dan untuk aktivitas fisik menggunakan kuesioner aktivitas fisik. Analisis hubungan antara tingkat konsumsi energi, protein dan aktivitas fisik dengan status gizi menggunakan uji statistik korelasi Spearman dengan α 0,05.

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi yang bermakna antara tingkat konsumsi energi dan protein dengan status gizi pada siswa MIN 1 Kota Malang pada α 0,05. Terdapat korelasi yang bermakna antara tingkat aktivitas fisik dengan status gizi pada siswa MIN 1 Kota Malang pada α 0,05.

Kata kunci : Tingkat Konsumsi, Aktivitas Fisik, Status Gizi, Siswa