

ABSTRAK

Maula, Ismatul. 2020. Gambaran Asupan Energi Makanan Jajanan, Aktivitas Fisik dan Status Gizi Siswa Kelas 5 SD Kartika XIX-5 Cimahi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.

Pembimbing : Dr. Ir. MF. Aryani Sudja, M.KM.

Makanan jajanan adalah kudapan atau “camilan” yang dibeli dan dikonsumsi diluar waktu makan utama baik disekolah atau dirumah. Kontribusi energi yang berasal dari makanan jajanan adalah sebanyak 20-25% asupan energi sehari. Asupan energi yang tidak diimbangi dengan pengeluaran energi (kurang melakukan aktivitas fisik) akan menyebabkan terjadinya penambahan berat badan. Anak dengan aktivitas kurang juga cenderung memiliki berat badan lebih dibandingkan anak dengan aktivitas yang sedang atau berat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Asupan Energi Makanan Jajanan, Aktivitas Fisik dan Status Gizi Kelas 5 SD Kartika XIX-5 Cimahi. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* dengan jumlah sampel 41 orang yang diambil dari total sampel. Data yang dikumpulkan meliputi data antropometri, asupan energi makanan jajanan dengan menggunakan metode *recall 24-hour* selama 2 hari serta aktivitas fisik dengan menggunakan metode PAQ-C (*Physical Activity Questionnaire for Children*). Hasil penelitian menunjukkan proporsi anak berstatus gizi lebih sebagian besar ditemukan pada anak dengan asupan energi makanan jajanannya baik (30%) dibandingkan dengan anak yang asupan energi makanan jajanannya tidak baik (25,8%). Proporsi anak berstatus gizi lebih sebagian besar ditemukan juga pada anak yang aktivitasnya aktif (28,6%) dibandingkan dengan anak yang aktivitas fisiknya kurang aktif (25%). Berdasarkan hasil penelitian, sekolah perlu membuat pedoman kantin sekolah agar jajanan siswa terkontrol dan mengadakan ekstrakurikuler yang lebih beragam.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Anak Sekolah, Asupan Energi Makanan Jajanan, Status Gizi.