

## ABSTRAK

RIZKA ERPINA DEWI, 20S10324

### **HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, AKTIVITAS FISIK DAN KEBIASAAN KONSUMSI MAKANAN JAJANAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDIT BABUL JANNAH TAHUN 2024**

SKRIPSI. Program Studi. S1 GIZI  
(xiv-137)

Masalah gizi pada anak usia sekolah dapat menyebabkan gangguan fisik, berkurangnya konsentrasi saat belajar, dan menurunnya kecerdasan yang berdampak pada prestasi sekolah anak. Pengetahuan gizi merupakan faktor tidak langsung dalam memicu terjadinya kekurangan dan kelebihan gizi pada anak sekolah dasar. Pola makan anak yang tidak tercapai dengan baik maka pertumbuhan dan perkembangan akan terhambat. Rendahnya aktivitas fisik dan mengonsumsi makanan jajanan berlebih akan menyebabkan status gizi lebih/*overweight*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pola makan, aktivitas fisik dan kebiasaan konsumsi makanan jajanan dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian ini bersifat observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Pemilihan sampel dilakukan dengan metode *random sampling*, sampel berjumlah 55 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan gizi baik (49,1%), pola makan baik (51%), aktivitas fisik baik (68,1%) dan kebiasaan konsumsi makanan jajanan tinggi (49,1%). Hasil penelitian menggunakan uji statistik *rank spearman* menunjukkan pengetahuan gizi ( $p= 0,716$ ), aktivitas fisik ( $p= 0,558$ ) tidak berhubungan dengan status gizi, sedangkan pola makan ( $p= 0,001$ ), kebiasaan konsumsi makanan jajanan ( $p= 0,001$ ) berhubungan dengan status gizi. Diharapkan kepada santri dan santriwati dapat menambah pengetahuan terkait gizi, pola makan, aktivitas fisik maupun kebiasaan konsumsi makanan jajanan sehingga dalam kehidupan sehari-hari lebih selektif untuk memilih makanan yang dikonsumsi serta melakukan aktivitas fisik yang baik dan tidak berlebihan.

**Kata Kunci :** Aktivitas fisik, kebiasaan konsumsi makanan jajanan, pengetahuan gizi, pola makan, status gizi

## **ABSTRACT**

RIZKA ERPINA DEWI, 20S10324

### **THE CORRELATION OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE, DIET, PHYSICAL ACTIVITY AND SNACKS CONSUMPTION HABITS WITH NUTRITIONAL STATUS IN ELEMENTARY SCHOOL-AGE CHILDREN AT BABUL JANNAH ELEMENTARY SCHOOL**

*Undergraduate Thesis. Nutrition Study Program. 2024*

(xiv-137)

*Nutritional problems in school-age children can lead to physical disorders, reduced concentration while learning, and decreased intelligence which has an impact on children's school performance. Nutritional knowledge is an indirect factor in triggering under- and over-nutrition in primary school children. If a child's diet is not achieved properly, growth and development will be hampered. Low physical activity and consuming excess snacks will lead to overweight status. This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge, diet, physical activity and snacks consumption habits with nutritional status in elementary school children at SDIT Babul Jannah. This study used quantitative methods. This type of research is observational with a cross sectional approach. Sample selection was carried out by random sampling method, the sample totaled 55 respondents. The results of the study using the Rank Spearman statistical test showed nutritional knowledge ( $p = 0.716$ ), physical activity ( $p = 0.558$ ) was not associated with nutritional status, while diet ( $p = 0.001$ ), snacks consumption habits ( $p = 0.001$ ) associated with nutritional. It is hoped that students can increase knowledge related to nutrition, diet, physical activity and consumption habits of snacks so that in everyday life they are more selective in choosing the food consumed and do good physical activity and not excessive.*

**Keywords:** *Diet, nutrition knowledge, nutrition status, physical activity, snack food consumption habits*