

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Antara Asupan Energi dan Zat Gizi Makro serta Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja di MTs Nahjul Huda Jakarta Barat

Annisa Nur Oktaviana

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=73926&lokasi=lokal>

Abstrak

Masalah gizi yang paling sering terjadi pada remaja adalah malnutrisi, baik gizi kurang dan perawakan pendek maupun gizi lebih hingga obesitas. Berdasarkan hasil Riskesdas 2013 diperoleh angka prevalensi kurus pada remaja umur 13 ? 15 tahun secara nasional sebesar 11,1 persen. Prevalensi gemuk pada remaja umur 13 - 15 tahun sebanyak 10.8 persen. Di MTs Nahjul Huda hasil observasi awal banyak siswa/i yang kelebihan berat badan dan selama ini belum pernah diadakan pengukuran asupan gizi, aktivitas fisik serta status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara asupan energi dan zat gizi makro serta aktivitas fisik dengan status gizi remaja berusia 13 ? 15 tahun di MTs Nahjul Huda Jakarta Barat, pada bulan Maret 2019. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross ? sectional. Sampel yang diambil berjumlah 51 siswa/i dengan menggunakan teknik sampel purposive sampling. Analisis data terdiri dari analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Chi Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 35,3% siswa yang berstatus gizi normal dan 64,7%, siswa mengalami gizi lebih. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan bermakna antara asupan energi (p-value = 0,000), asupan protein (p-value = 0,000), asupan lemak (p-value = 0,000), asupan karbohidrat (p-value = 0,000), dan aktivitas fisik (p-value = 0,000) dengan status gizi remaja di MTs Nahjul Huda Jakarta Barat Tahun 2019. Saran yang dapat diberikan adalah 1) untuk siswa : Diharapkan para siswa dapat mengikuti anjuran Pedoman Gizi Seimbang dan 2) untuk sekolah : melakukan pengukuran status gizi siswa dan pemeriksaan kesehatan melalui program Unit Kesehatan Sekolah (UKS).