

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

# HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, ZAT GIZI MAKRO, DAN FREKUENSI KONSUMSI SAYUR DAN BUAH DENGAN KEJADIAN KEGEMUKAN PADA SISWA SEKOLAH DASAR ISLAM AL-AZHAR 1 DI JAKARTA SELATAN TAHUN 2018

FITRI NURYANI

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74474&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Kegemukan adalah bertumpuknya lemak dalam tubuh sebagai akibat dari pilihan makan yang tidak tepat, kurangnya gerak badan dan olahraga. berdasarkan data Riskesdas oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2013), prevalensi overweight dan obesitas pada anak usia 5-12 tahun mencapai 18,8%. Dengan persentase gemuk 10%, dan obesitas 8,8% meningkat dari tahun 2012. Penyebab obesitas pada anak antara lain kurangnya aktivitas fisik, kurangnya konsumsi buah dan sayur dan tingginya konsumsi makanan yang mengandung kalori tinggi. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara asupan energi, zat gizi makro dan jumlah konsumsi sayur dan buah dengan kejadian kegemukan pada siswa Sekolah Dasar Islam Al ? Azhar 1 di Jakarta Selatan tahun 2018. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel adalah siswa kelas 4 sampai dengan kelas 5 sebanyak 78 anak. Analisis dilakukan dengan metode analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji Chi Square. Hasil penelitian yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kegemukan ( $p=0,043$ ). Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dan zat gizi makro dengan kegemukan ( $p=0,000$ ). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah konsumsi sayur ( $p=0,729$ ) dan buah ( $p=0,452$ ) dengan kegemukan.