



ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FALKUTAS ILMU – ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, SEPTEMBER 2015

DITA RIMBAWATI

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT GIZI, AKTIFITAS FISIK,
PENGETAHUAN GIZI DENGAN STATUS GIZI SISWA SEKOLAH
SEPAKBOLA TUNAS PATRIOT BEKASI**

xi, VI Bab, 53 Halaman, 20 Tabel, 9 Lampiran

Latar Belakang : Pembinaan berbagai macam cabang olahraga di Indonesia sekarang ini sudah semakin berkembang dengan diadakannya pusat-pusat pelatihan atau klub olahraga yang pembinaannya dimulai sejak usia dini, salah satunya adalah cabang olahraga sepakbola (DepKes, 2002). Anak usia dini yang menggemari sepakbola dan masih dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, membutuhkan makanan yang cukup untuk menunjang pertumbuhan fisik dan perkembangan mental yang maksimal.

Tujuan : Mempelajari hubungan antara asupan zat gizi, aktifitas fisik, pengetahuan gizi dengan status gizi Siswa Sekolah Sepakbola Tunas Patriot Bekasi.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Sekolah Sepakbola Tunas Patriot Bekasi usia 10-12 tahun yang duduk di kelas 4, 5 dan 6 SD. Jumlah sampel sebanyak 35 responden. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji Chi Square.

Hasil : Sebagian besar sebanyak 45.8% responden berusia 11 tahun dan berjenis kelamin laki – laki. Asupan Karbohidrat cukup (85.7%), asupan protein cukup (97.1%), asupan lemak cukup (94.3%). Dari hasil uji statistik didapat bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan BB/U ($p>0,05$) dengan asupan zat gizi, aktifitas fisik dan pengetahuan gizi.

Kesimpulan : Siswa Sekolah Sepakbola Tunas Patriot Bekasi memiliki status gizi yang baik tergambar dari asupan gizi dan pengetahuan gizi yang cukup baik. Sarannya adalah tetap memperhatikan status gizi serta asupan gizi untuk mendukung kegiatan aktifitas fisik.

Daftar Bacaan : 23 (1986 – 2012)

Kata Kunci : Asupan gizi, Aktifitas fisik, Pengetahuan gizi, Status gizi, Anak Sekolah Dasar, Sepakbola, Energi, Karbohidrat, Protein, Lemak.