

ABSTRAK

Muhammad Syarifuddin Harahap : Hubungan Frekuensi jajan dan aktivitas *Sedentary* terhadap kejadian status gizi lebih Di SD Swasta Al-Hidayah Kota Medan. Skripsi. Fakultas Teknik Universitas Negeri Medan. 2024.

Berdasarkan Risesdas tahun 2018, prevalensi status gizi pada anak usia 5-12 tahun yaitu gemuk 18,8% dan obesitas sebesar 9,1%. Persentase tersebut masih tergolong sangat tinggi dan merupakan masalah gizi masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Karakteristik responden yaitu usia responden, jenis kelamin, uang saku, pekerjaan ayah, pekerjaan ibu, Pendidikan ayah, pendidikan ibu, pendapatan ayah, dan pendapatan ibu. (2) Frekuensi jajan ; (3) Aktivitas *Sedentary* ; (4) Status gizi ; (5) Hubungan frekuensi jajan dan aktivitas *Sedentary* dengan kejadian status gizi lebih pada siswa. Penelitian ini dilakukan di SD Swasta Al-Hidayah pada tanggal 11 November 2023. Sampel yang digunakan adalah siswa SD Swasta Al-Hidayah dengan cara *purposive sampling* dengan jumlah 50 sampel. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Teknik pengumpulan dengan cara wawancara dan melakukan pengukuran antropometri, pengisian kuisisioner FFQ pada frekuensi jajan, dan kuisisioner ASAQ pada aktivitas *Sedentary*. Teknik analisis data menggunakan deskriptif data uji korelasi *Chi Square* dan analisis *regresi logistik berganda*.

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki frekuensi sering baik pada jajanan sepinggan (80%), cemilan basah (90%), cemilan kering (58%) dan minuman (40%). Sedangkan aktivitas *sedentary* sebagian besar responden memiliki aktivitas *sedentary* yang tinggi (60%). Sebanyak 66% responden memiliki status gizi lebih. Analisis hubungan pada frekuensi jajan, aktivitas *Sedentary* dengan status gizi lebih memiliki nilai Sig.(p-value) $0,006 < \text{lebih kecil dari } 0,05$. Diperoleh koefisien determinasi atau nilai R square sebesar 0,325 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan frekuensi jajan dan aktivitas *Sedentary* dengan kejadian status gizi lebih adalah sebesar 32,5%. Kesimpulannya terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi jajan, dan aktivitas *Sedentary*, dengan dengan status gizi lebih yang berarti apabila semakin tinggi frekuensi jajan, dan aktivitas *Sedentary* maka angka kejadian gizi lebih pada siswa SD Al-Hidayah akan semakin meningkat.

Kata Kunci : Frekuensi Jajan, Aktivitas *Sedentary*, Status Gizi Lebih.

ABSTRACT

Muhammad Syarifuddin Harahap : *The relationship between the frequency of snacks and sedentary activity on the incidence of more nutritional status in Al-Hidayah private elementary school in Medan City. Thesis. Faculty of Engineering, Unimed. 2024.*

Based on Riskesdas in 2018, the prevalence of nutritional status in children aged 5-12 years is 18.8% obese and 9.1% obese. This percentage is still very high and is a problem of community nutrition. This study aims to find out: (1) The characteristics of respondents are respondents' age, gender, pocket money, father's occupation, mother's occupation, father's education, mother's education, father's income, and mother's income. (2) Snacking habits; (3) Sedentary Activities; (4) Nutritional status; (5) The relationship between snacking habits and Sedentary activities with the incidence of more nutritional status in students. The research was conducted at Al-Hidayah private elementary school on November 11, 2023. The samples used were students of Al-Hidayah Private Elementary School by purposive sampling with a total of 50 samples. The research design used was cross sectional. Collection techniques by means of interviews and anthropometric measurements, filling out FFQ questionnaires on snack frequency, and ASAQ questionnaires on Sedentary activities. The data analysis technique uses descriptive Chi Square correlation test data and multiple logistic regression analysis.

The results of the study conducted showed that most respondents had frequent frequency both in plate snacks (80%), wet snacks (90%), dry snacks (58%) and drinks (40%). While sedentary activity, most respondents have high sedentary activity (60%). As many as 66% respondents have more nutritional status. Analysis of the relationship on snacking habits, Sedentary activity with nutritional status has more Sig. (p-value) $0.006 < \text{less than } 0.05$. A coefficient of determination or R square value of 0.325 was obtained which showed that there was a relationship between the frequency of snacking and Sedentary activity with the incidence of more nutritional status was 32.5%. In conclusion, there is a significant relationship between the frequency of snacks, and Sedentary activity, with more nutritional status which means that if the higher the frequency of snacks, and Sedentary activity, the incidence of more nutrition in Al-Hidayah Elementary School students will increase.

Keywords: Frequency of Snacks, Sedentary Activities, Overnutrition Status.