**ABSTRAK**

**NURVITA KEMALA SARI, 2018.** Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Status Gizi, dan Aktivitas Fisik terhadap Kebugaran Jasmani pada Siswa Kelas IV A SDN Pandanwangi 3, Kota Malang. Pembimbing : Tapriadi dan AAG Anom Aswin.

Sumber daya manusia (SDM) adalah salah satu faktor yang sangat penting, sebagai contoh yaitu anak. Anak merupakan generasi bangsa yang diharapkan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas ketika dewasa nanti. Upaya membentuk generasi yang berkualitas tersebut yaitu dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut, termasuk anak usia sekolah, sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak kerap disebut dengan periode emas ataupun periode kritis. Maka perlunya pemenuhan kebutuhan zat gizi dan mengatur pola konsumsi anak sesuai dengan kebutuhannya. Oleh karena itu makin tinggi tingkat konsumsi anak maka makin baik status gizinya, karena makanan berperan penting dalam pencapaian prestasi optimal, makin banyak ragam makanan yang dikonsumsi, maka makin terpenuhi gizi seseorang untuk mampu berprestasi tinggi. Sehinnga makin baik gizi seseorang bila diberikan latihan fisik yang teratur maka makin tinggi angka kebugaran jasmaninya. Kebugaran jasmani yang baik sangat berperan penting dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Status Gizi dan Aktivitas Fisik terhadap Kebugaran Jasmani pada Siswa Kelas IV A SDN Pandanwangi 3,Kota Malang.

Desain penelitian ini adalah potong lintang (*cross sectional*) dimana pada penelitian ini variabel bebas dan variabel terikat dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. Untuk data tingkat konsumsi energi dan protein menggunakan form *food Recall* 2x24 jam, data status gizi dengan mengukur tinggi badan dan berat badan, data aktivitas fisik dengan form kuesioner aktivitas fisik, dan data kebugaran jasmani dengan lari 1000 meter.

Penelitian ini menunjukkan rata-rata tingkat konsumsi energi adalah 70,55 termasuk dalam kategori defisit sedang dengan SD 5,99. Rata-rata tingkat konsumsi proteinadalah 66,76 termasuk dalam kategori defisit berat dengan SD 12,32. Rata-rata status gizi adalah 17,39 termasuk dalam kategori normal dengan SD 3,41. Rata-rata aktivitas fisik 74,3 termasuk dalam kategori kurang dengan SD 9,34. Rata-rata kebugaran jasmani 6,72 termasuk dalam kategori kurang (putra) dan kategori cukup (putri) dengan SD 1,14. Setelah dilakukan uji statistik menggunakan *Chi-Square* pada α 0,05, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi energi dan protein terhadap status gizi, tingkat konsumsi energi dan protein terhadap kebugaran jasmani*.* Sedangkan ditemukan hubungan yang signifikan antara status gizi (IMT) terhadap kebugaran jasmani*,* danaktivitas fisik terhadap kebugaran jasmani.

Mengingat masih kurangnya kebugaran jasmani anak sehingga perlunya menjaga status gizi dengan cara memperbaiki pola konsumsi anak, dan meningkatkan aktivitas fisik dengan mengoptimalkan proses pembelajaran olahraga serta penambahan senam bersama di pagi hari dan memanfaatkan waktu istirahat dengan bermain untuk menunjang kebugaran jasmani pada anak.

**Kata kunci:** *Tingkat Konsumsi Energi dan Protein, Status Gizi, Aktivitas Fisik, Kebugaran Jasmani.*