

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN KUTOPORONG KECAMATAN BANGSAL KABUPATEN MOJOKERTO

Alif Nur Meiriska¹, Tri Ratnaningsih², Siti Indatul Laili³

¹Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Stikes Bina sehat PPNI Mojokerto

²Dosen Keperawatan Anak Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto

³Dosen Kebidanan Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto

e-mail : meiriska.riska@gmail.com

ABSTRAK

Pada anak usia sekolah yang cenderung senang melakukan banyak aktivitas seperti bermain belajar dan olahraga. Namun fakta di masyarakat, anak-anak lebih senang dirumah menonton tv dan bermain game. Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di SDN Kutoporong Kecamatan Bangsal. Desain penelitian menggunakan analitik korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V di SDN Kutoporong yang berjumlah 35 responden. Teknik sampling yang digunakan *Total Sampling* sehingga di dapatkan sampel penelitian sejumlah 35 responden. Sampel dari penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Kutoporong Bangsal Instrumen yang digunakan untuk mengukur aktivitas fisik menggunakan kuisisioner dengan validitas item yang baik dengan rentang skor korelasi antara 0,140-0,730 dan untuk pengukuran status gizi menggunakan timbangan dan microtois. Penelitian dilakukan pada tanggal 18-21 Mei 2020. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan *crostab*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di SDN Kutoporong dengan hasil uji *crostab*. Hal ini dikarenakan ketidakseimbangan antara asupan energi yang di masukkan ke dalam tubuh dengan energi yang di dikeluarkan dari tubuh, dimana energi yang masuk lebih besar dibandingkan dengan energi yang keluar sehingga akan menyebabkan terjadinya penumpukkan lemak. Sehingga terdapat hubungan aktivitas fisik dengan status gizi.

Kata Kunci :Aktivitas Fisik, Status Gizi, Anak Usia Sekolah

**CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY WITH NUTRITION
STATUS OF SCHOOL AGE CHILDREN AT KUTOPORONG PUBLIC
ELEMENTARY SCHOOL BANGSAL DISTRICT MOJOKERTO
REGENCY**

Alif Nur Meiriska¹, Tri Ratnaningsih², Siti Indatul Laili³

¹Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Stikes Bina sehat PPNI Mojokerto

²Dosen Keperawatan Anak Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto

³Dosen Kebidanan Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto

e-mail : meiriska.riska@gmail.com

ABSTRACT

At school-age children who tend to like to do many activities such as learning and playing sports. But the facts in the community, children prefer to watch TV at home and play games. A person's nutritional status depends on the nutritional intake and needs, if the nutritional intake with the needs of the body is balanced, it will produce a good nutritional status. The purpose of this study was to determine correlation of physical activity with nutritional status among school-aged children in SDN Kutoporong, Bangsal District. The study design uses correlation analytic using cross sectional approach. The population in this study were all fifth grade students in SDN Kutoporong, amounting to 35 respondent's. The sample of this research is grade 5 students in Kutoporong. The sampling technique used is Total Sampling so that the research sample is 35 respondent's. Instruments used to measure physical activity using questionnaires with good item validity with a correlation score range between 0.140-0.730 and for measuring nutritional status using scales and microtois. The study was conducted on May 18-21, 2020. Data analysis in this study uses crosstab. The results showed that there was a relationship between physical activity and nutritional status in school-age children at SDN Kutoporong with the *crosstab* statistical. Physical activity affects the nutritional status of school-age children. This is due to an imbalance between the energy intake that is entered into the body and the energy that is released from the body, where the incoming energy is greater than the energy that comes out so that it will cause a buildup of fat. So there is a relationship between physical activity and nutritional status.

Keywords : Physical Activity, Nutritional Status, School-Age Children

