

HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS NUTRISI ANAK USIA SEKOLAH DI SD BOPKRI GONDOLAYU KOTA YOGYAKARTA

Yaumil Fitri MN¹, Ratna Widhiastuti²

INTISARI

Latar Belakang : Riwayat obesitas pada masa kanak-kanak akan memiliki resiko tinggi terjadinya obesitas pada masa dewasa. Pada masa ini merupakan masa yang tepat untuk memperkenalkan aktivitas fisik maupun olahraga yang teratur pada anak. Melakukan aktivitas fisik pada anak akan melatih otot-otot, jantung dan hampir seluruh bagian tubuhnya untuk bergerak aktif dan menghindari terjadinya penumpukan lemak yang berlebihan didalam tubuh. Aktivitas fisik merupakan bentuk pengeluaran energi yang akan mempengaruhi status nutrisi pada tubuh seseorang.

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan status nutrisi anak usia sekolah di SD BOPKRI Gondolayu Kota Yogyakarta.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 97 dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* di SD BOPKRI Gondolayu Kota Yogyakarta. Teknik pengambilan data menggunakan pengukuran indeks massa tubuh (IMT) dan kuesioner aktivitas fisik. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariabel dan analisis bivariabel menggunakan *kendal's tau* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status nutrisi lebih yaitu sebanyak 60 responden (61,9%), hasil kuesioner untuk aktivitas fisik menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat aktivitas fisik kategori ringan yaitu sebanyak 67 responden (69,1%). Perhitungan uji statistik diperoleh hasil $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status nutrisi anak usia sekolah di SD BOPKRI Gondolayu kota Yogyakarta. Diharapkan agar anak-anak selalu menyeimbangkan asupan nutrisi dengan energi atau aktivitas yang dilakukan.

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

¹Mahasiswa S1 PSIK Stikes Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta

²Dosen S1 PSIK Stikes Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta

**THE CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITIES WITH
NUTRITIONAL STATUS OF SCHOOL-AGE CHILDREN AT
BOPKRI GONDOLAYU ELEMENTARY SCHOOL
OF YOGYAKARTA CITY**

Yaumil Fitri MN¹, Ratna Widhiastuti²

ABSTRACT

Background : Obesity during childhood has high risk of obesity in adult life. In this age, it is important to introduce physical activities or regular exercise to children. Children physical activities will train heart muscles and almost all parts of body will actively move, thus it will avoid excessive fat accumulation in the body. Physical activities need energy that will influence the nutrition status of someone's body.

Objective : To find out the correlation between physical activity with nutritional status of school-age children at BOPKRI Gondolayu Elementary School of Yogyakarta City.

Method : This is a correlational analytical research using cross sectional approach. There were 97 samples taken using purposive sampling technique at BOPKRI Gondolayu Elementary School-age of Yogyakarta City. The technique of data collection was done using Body Mass Index measurement and questionnaire of physical activities. The data analysis was using univariable analysis and bivariable analysis of Kendall's Tau with significance level of $p < 0,05$.

Result : The result shows that most of the respondents have more nutrition status or as many as 60 respondents (61.9%), and the result of questionnaire for physical activities shows that most respondents have high physical activities in mild category or as many as 67 respondents (69.1%). The calculation of statistical test indicates that the result is $p = 0,000$ ($p < 0.05$).

Conclusion : There is a significant correlation between physical activity with nutritional status of school-age children at BOPKRI Gondolayu Elementary School of Yogyakarta City. It is expected that children keep the nutrition intake in balance with energy or activities produced.

Key words: Physical Activities, Nutrition Status, School-Age Children.

¹A student of S1 Nursing Study Program of Jenderal Achmad Yani School of Health Science of Yogyakarta

²A lecturer of S1 Nursing Study Program of Jenderal Achmad Yani School of Health Science of Yogyakarta