

ABSTRAK

Elvi Novi Yanti, NIM: 509142010. Hubungan Keseimbangan Asupan Gizi dan Aktivitas dengan Kondisi Fisik Anak di SD Kecamatan Kotanopan. Skripsi, Fakultas Teknik Universitas Negeri Medan 2014.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mengidentifikasi karakteristik keluarga (pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, pendapatan orang tua dan besar keluarga) anak SD di Kecamatan Kotanopan. (2) Menganalisis hubungan keseimbangan asupan gizi dengan kondisi fisik anak. (3) Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kondisi fisik anak. (4) Menganalisis hubungan keseimbangan asupan gizi dan aktivitas fisik dengan kondisi fisik anak. Lokasi penelitian di SDN 190, SDN 193 dan SDN 200 Kecamatan Kotanopan. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik random sampling. Jumlah sampel sebanyak 70 siswa. Teknik pengumpulan data wawancara dengan menggunakan kuesioner. Data keseimbangan asupan gizi diperoleh dengan menggunakan *recall* konsumsi 2x24 jam, data kondisi fisik diperoleh dari hasil penimbangan berat badan dan data aktivitas fisik diperoleh dengan menggunakan *recall* aktivitas 2x24 jam. Analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji Korelasi Pearson dan Regresi Linear Berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar sampel berusia 10 tahun (65.71%) dengan jenis kelamin perempuan (64.29%). Besar keluarga termasuk kategori sedang (51,4%). Tingkat pendidikan KK sebagian besar pendidikan SMA/ sederajat (67,1%), tingkat pendidikan ibu sebagian besar pendidikan SMA/ sederajat (40%). Pendapatan orang tua sebagian besar termasuk kategori tidak miskin (71,43%). Pekerjaan KK bervariasi mulai dari wiraswasta, petani, PNS, TNI, supir bus dan pegawai swasta. Pekerjaan ibu cukup bervariasi mulai dari ibu rumah tangga, PNS, Petani dan wiraswasta. Keseimbangan asupan gizi responden keseluruhannya termasuk kategori kurang. Kondisi fisik responden sebagian besar termasuk kategori normal/baik. Aktivitas fisik sebagian besar termasuk kategori aktivitas ringan. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan bahwa keseimbangan asupan energi, karbohidrat, vitamin A, vitamin C, fosfor dan besi berhubungan positif nyata ($p < 0.05$) dengan kondisi fisik, sedangkan kalsium berhubungan positif sangat nyata ($p < 0.01$) dengan kondisi fisik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik asupan zat gizi maka kondisi fisik anak juga akan semakin baik. Hasil uji statistik korelasi Pearson menunjukkan bahwa aktivitas fisik ($r = -0.406$; $p = 0.000$) berhubungan negatif sangat nyata dengan kondisi fisik. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan aktivitas fisik akan diikuti penurunan kondisi fisik. Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa nilai $f_{hitung} = 2.521 > f_{tabel} = 2.00$ atau $p\text{-value} = 0.013 < \alpha = 0.05$. Hal ini berarti keseimbangan asupan gizi dan aktivitas fisik secara simultan berhubungan signifikan dengan kondisi fisik anak.