

# Hubungan antara pengetahuan dan perilaku mengenai aktivitas fisik dengan status gizi dan kebugaran pada anak usia 10-12 tahun = The relationship between knowledge and behaviour of physical activity with nutritional and fitness status in children aged 10-12 years old

Jimmy OI Santoso, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20421210&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

**Pendahuluan :** Obesitas merupakan suatu keadaan yang dapat mencetuskan berbagai penyakit kronik pada anak di masa depan. Indonesia mencatatkan angka obesitas pada anak usia sekolah sebanyak 8,8% dan tertinggi adalah di DKI Jakarta dengan angka obesitas sebanyak 14%. Tingginya angka ini diperkirakan karena tingginya perilaku sedentary pada anak. Perilaku sedentary ini dapat dipengaruhi oleh buruknya pengetahuan dan perilaku anak dalam aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan perilaku anak usia 10-12 tahun mengenai aktivitas fisik terhadap kesehatan yang dinilai dengan status gizi dan kebugaran pada anak.

**Metode :** metode yang digunakan adalah cross-sectional dengan pengkajian analitik. Data pengetahuan diperoleh dengan kuesioner yang telah divalidasi dengan realibilitas sedang (Alpha's cronbach=0,57) sedangkan data perilaku dengan kuesioner PAC-Q yang telah dimodifikasi dan divalidasi dengan nilai realibilitas tinggi (Alpha's cronbach=0.71). Status kebugaran dinilai dengan BMI dan status kebugaran dinilai dengan menghitung VO2 maksimum dari PACER test.

**Hasil :** Hasil penelitian adalah 22,2% tergolong obesitas, 63% memiliki pengetahuan yang buruk mengenai aktivitas fisik, 63% tergolong memiliki perilaku sedentary, dan 59,3% tergolong tidak bugar. Dari uji hipotesis, diketahui bahwa terdapat hubungan bermakna ( $p < 0.05$ ) antara perilaku aktivitas fisik dengan status gizi ( $p = 0,022$ ) dan status kebugaran ( $p = 0,001$ ) namun tidak terdapat hubungan ( $p > 0,05$ ) antara pengetahuan dengan status gizi ( $p = 0,5$ ) dan kebugaran ( $p = 0,932$ ).

**Diskusi :** tidak berpengaruhnya pengetahuan anak terhadap status gizi dan kebugaran dapat disebabkan karena adanya pengaruh lingkungan yang memungkinkan anak memiliki aktivitas fisik yang lebih baik meskipun pengetahuannya buruk. Perilaku yang berhubungan dengan status gizi dan kebugaran mengindikasikan diperlukan perbaikan perilaku aktivitas fisik pada anak sekolah.

.....**Introduction :** Obesity is a condition that can trigger many chronic diseases in children in the future. Indonesia recorded a prevalence of childhood obesity as much as 8.8% and the highest number is Jakarta with rates of obesity is 14%. This high number is expected because of the sedentary behavior in children. This behavior can be affected by poor knowledge and behavior among children in physical activity. This study aims to determine the relationship between knowledge and behavior of children aged 10-12 years old about physical activity with fitness and nutritional status.

**Methods:** This study was cross-sectional. Knowledge data obtained by a validated questionnaire with moderate reliability, while behavioral data with PAC-Q questionnaire that has been modified and validated with a high value of reliability. Fitness status was assessed by BMI and fitness status assessed by the maximum VO2 from PACER test.

**Results:** This study showed that 22.2% of children classified as obese, 63% had poor knowledge, 63% classified as sedentary behavior, and 59.3% classified as unfit. From the hypothesis test, it is known that

there was a significant relationship ( $p < 0.05$ ) between behavior with nutritional and fitness status but there was no correlation ( $p > 0.05$ ) between knowledge with the nutritional and fitness status.

Discussion: the non-significant relationship between knowledge of physical activity with nutritional status and fitness may be due to the influence of the environment that allows children to have a better physical activity despite bad knowledge. The significant relationship between behavior with fitness and nutritional status indicates a required improvement of physical activity behavior in school-aged children