

# HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PENGETAHUAN GIZI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PERSONEL PRAJURIT BATALYON SATRIA SANDI YUDHA

Dyah Ayu Vierena Moerti

## Abstrak

Status gizi erat kaitannya dengan kesehatan. Status gizi dikatakan normal apabila seimbang antara jumlah energi yang masuk dan yang keluar sesuai dengan kebutuhan individu. Gizi berperan penting di dalam tubuh sebagai penyedia energi, memelihara jaringan tubuh serta pengaturan dalam proses metabolisme di dalam tubuh termasuk bagi personel militer yang dituntut untuk memiliki kondisi fisik dan mental yang prima serta menunjang dalam melaksanakan tugas secara maksimal sesuai fungsinya masing-masing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan energi, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan sampel sebanyak 90 responden yang dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2019. Pengambilan data dilakukan dengan pengukuran berat badan, tinggi badan, pengisian kuesioner mandiri, dan wawancara *food recall* 2x24 jam. Analisis hubungan yang dilakukan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan energi ( $p < 0,005$ ) dan aktivitas fisik ( $p < 0,005$ ) dengan status gizi dan tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi ( $p > 0,005$ ) dengan status gizi. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan energi dan aktivitas fisik dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.

**Kata Kunci :** Personel Militer, Asupan Energi, Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik.

# **RELATIONSHIP OF ENERGY INTAKE, NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND PHYSICAL ACTIVITY WITH NUTRITIONAL STATUS OF BATALYON SATRIA SANDI YUDHA PERSONNEL**

**Dyah Ayu Vierena Moerti**

## **Abstract**

Nutritional status is closely related to health. Normal nutritional status is the balance between the amount of energy that enters and exits according to individual needs. Nutrition plays an important role in the body as a provider of energy, maintaining body tissues and regulating metabolic processes in the body including for military personnel who are required to have excellent physical and mental condition and to support them in carrying out their duties optimally according to their respective functions. This study aims to determine the relationship of energy intake, knowledge of nutrition and physical activity with nutritional status in Batalyon Satria Sandi Yudha personnel. This study uses a cross-sectional design with a sample of 90 respondents conducted by purposive sampling. This research was conducted in April 2019. Data was collected by measuring body weight, height, self-questionnaire filling, and 2x24 hour food recall interviews. Relationship analysis was carried out using the chi-square test. The results showed that there was a relationship between energy intake ( $p < 0,005$ ) and physical activity ( $p < 0,005$ ) with nutritional status and there was no relationship between nutritional knowledge ( $p > 0,005$ ) and nutritional status. This shows that there is a relationship between energy intake and physical activity with nutritional status in Batalyon Satria Sandi Yudha personnel.

**Keywords:** Military Personnel, Energy Intake, Nutrition Knowledge, Physical Activity.