

ASSOCIATION BETWEEN GERMAS BEHAVIOR WITH NUTRITIONAL
STATUS OF POSBINDU KAJOR, GAMPING, SLEMAN, YOGYAKARTA

Ika Nur Malisa^{1*}, Herawati², Waryana³
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: princessika.aihime@gmail.com

ABSTRACT

Background : GERMAS is a government effort to prevent degenerative diseases (diabetes, heart disease, etc.). GERMAS has six main activities, namely increasing physical activity, clean and healthy living behavior, providing healthy food and accelerating nutrition improvement, increasing prevention and early detection of diseases, improving quality of life, and increasing education on healthy living. To find out the association between GERMAS behavior and nutritional status, GERMAS behavioral research was carried out, especially physical activity, and consumption of fruits and vegetables.

Objective : To determine the association between GERMAS behavior and the nutritional status of posbindu participants.

Methods : The design of this study was cross sectional. Respondents in this study were 34 posbindu participants. The variables of this study include physical activity, fruit consumption, and vegetable consumption and to test the hypothesis Chi-Square test is used.

Results : Most of the posbindu Kajor participants (64.71%) are active in the active category which is divided into heavy, moderate, or both activity categories and the rest of the posbindu Kajor participants (35.29%) were active in the less active category in the mild activity category. Most of the Posbindu Kajor participants (76.47%) consumed less fruit and the rest Posbindu Kajor participants (23.53%) consumed enough fruit. Most of the Posbindu Kajor participants (76.47%) less vegetable consumption and the rest Posbindu Kajor participants (23.53%) consumed enough vegetables. Most of the Posbindu Kajor participants (61.76%) had malnutritional status and the rest of the Posbindu Kajor participants (38.24%) had good nutritional status. Result of OR for physical activity is 13,200.

Conclusion : There is a significant association between physical activity and nutritional status. There is no significant association between fruits consumption and nutritional status. There is no significant association between vegetables consumption and nutritional status.

Keywords : GERMAS, Physical Activity, Fruits Consumption, Vegetables Consumption, Nutritional Status

ASOSIASI ANTARA PERILAKU GERMAS DENGAN STATUS GIZI PESERTA POSBINDU KAJOR, GAMPING, SLEMAN, YOGYAKARTA

Ika Nur Malisa^{1*}, Herawati², Waryana³
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: princessika.aihime@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : GERMAS merupakan suatu usaha pemerintah untuk menurunkan penyakit tidak menular (diabetes, jantung, dan lainnya). GERMAS memiliki enam kegiatan utama, yaitu peningkatan aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan sehat, penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi, peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit, peningkatan kualitas hidup, dan peningkatan edukasi hidup sehat. Untuk mengetahui asosiasi antara perilaku GERMAS dengan status gizi maka dilakukan penelitian perilaku GERMAS khususnya aktivitas fisik, dan konsumsi buah dan sayur.

Tujuan Penelitian: Mengetahui asosiasi antara perilaku GERMAS dan status gizi peserta posbindu.

Metode Penelitian: Rancangan penelitian ini adalah *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini adalah peserta posbindu yang berjumlah 34 orang. Variabel penelitian ini meliputi aktivitas fisik, konsumsi buah, dan konsumsi sayur dan untuk menguji hipotesis digunakan uji *Chi-Square*.

Hasil Penelitian: Sebagian besar peserta posbindu Kajor (64,71%) beraktivitas dalam kategori aktif yang terbagi menjadi kategori aktivitas berat, sedang, atau keduanya dan sisanya (35,29%) peserta posbindu Kajor beraktivitas dalam kategori kurang aktif yang masuk dalam kategori aktivitas ringan. Sebagian besar (76,47%) peserta posbindu kurang konsumsi buah dan sisanya (23,53%) peserta posbindu cukup konsumsi buah. Sebagian besar (76,47%) peserta posbindu kurang konsumsi sayur dan sisanya (23,53%) peserta posbindu cukup konsumsi sayur. Sebagian besar (61,76%) peserta posbindu berstatus gizi salah dan sisanya (38,24%) berstatus gizi baik. Hasil OR untuk aktivitas fisik adalah 13,200.

Kesimpulan: Ada asosiasi bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi. Tidak ada asosiasi bermakna antara konsumsi buah dengan status gizi. Tidak ada asosiasi bermakna antara konsumsi sayur dengan status gizi.

Kata Kunci : GERMAS, Aktivitas Fisik, Konsumsi Buah, Konsumsi Sayur, Status Gizi