

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI

Tugas Akhir, Mei 2025

Aza Nurfaiza

**Gambaran Status Gizi, Aktivitas Fisik, dan Fungsi Kognitif Pada Anak
Kelas V di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan**

xiv + 39 halaman + 6 tabel, 2 gambar + 8 lampiran

ABSTRAK

Status gizi merupakan gambaran yang didasarkan pada keseimbangan antara kebutuhan pangan dan gizi. Status gizi yang optimal berkontribusi terhadap penurunan risiko penyakit di masyarakat, baik penyakit menular maupun penyakit tidak menular. Masalah gizi muncul dari berbagai faktor, termasuk kuantitas dan kualitas pangan, yang bergantung pada kondisi sosial ekonomi, kebiasaan pangan, tradisi budaya, pendidikan dan distribusi pangan. Selain itu, keadaan tubuh manusia mempengaruhi kemampuan mencerna, menyerap dan menggunakan nutrisi secara efisien. Kemampuan ini dapat dilemahkan oleh penyakit dan masalah metabolisme. Riskesdas tahun 2018, menunjukkan rata – rata prevalensi status gizi di Lampung Selatan anak usia 5 – 12 tahun yaitu terdiri dari 1,24% sangat kurus, 7,42% kurus, 76,33% normal, 8,33% gemuk dan 6,68% sangat gemuk.

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran status gizi, aktivitas fisik dan fungsi kognitif pada siswa kelas 5 di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 2 Jatimulyo Lampung Selatan Tahun 2025. Status gizi menggunakan IMT/U, aktivitas fisik menggunakan kuesioner IPAQ-C, dan fungsi kognitif menggunakan kuesioner tes IQ CFIT dengan skala 2A. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat deskriptif. Sampel penelitian ini 50 anak kelas V a,b,c.

Hasil dari penelitian yang dilakukan di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut : status gizi normal di SDN 2 Jatimulyo lebih banyak yaitu 58,0 status gizi buruk 6,0%, gizi kurang 20,0%, gizi lebih sebanyak 8,0%, dan obesitas 8,0%. Tingkat aktivitas pada anak sekolah dasar kelas V di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan Tahun 2025 aktivitas baik 42,0% dan aktivitas kurang 58,0%. Fungsi kognitif pada anak sekolah dasar kelas V di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan Tahun 2025 diukur menggunakan kuesioner *CFIT skala 2 A* dapat diketahui yang memiliki fungsi kognitif defektif secara mental sebanyak 2,0%, *boderline* sebanyak 10,0%, dibawah rata – rata 16,0, rata – rata sebanyak 68,0% dan diatas rata – rata sebanyak 4,0%. perlu memantau tinggi badan serta berat badan secara teratur. Siswa aktivitas fisik yaitu dengan melakukan olahraga selama 30 menit sehari mengasah otak dan permainan lainnya untuk meningkatkan kemampuan fungsi kognitif siswa.

Kata Kunci : Status Gizi, Aktivitas Fisik, Fungsi Kognitif
Daftar bacaan : 50 (2004-2024)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
NUTRITION DEPARTMENT
Final Project, Mei 2025

Aza Nurfaiza

**Description of Nutritional Status, Physical Activity, and Cognitive Function
in Class V SDN 2 Jatimulyo, South Lampung.**

xiv + 39 pages + 6 tables, 2 pictures + 8 appendices

ABSTRACT

Nutritional status is a representation based on the balance between food and nutritional needs. Optimal nutritional status contributes to reducing the risk of diseases in society, including both communicable and non-communicable diseases. Nutritional problems arise from various factors, including the quantity and quality of food, which depend on socioeconomic conditions, eating habits, cultural traditions, education, and food distribution. In addition, the condition of the human body affects its ability to digest, absorb, and utilize nutrients efficiently. This ability can be weakened by illness and metabolic problems.

The 2018 Basic Health Research (Riskesdas) showed the average prevalence of nutritional status among children aged 5–12 years in South Lampung was as follows: 1.24% were severely underweight, 7.42% underweight, 76.33% normal, 8.33% overweight, and 6.68% obese.

The general objective of this study is to determine the nutritional status, physical activity, and cognitive function of fifth-grade students at SDN 2 Jatimulyo, South Lampung, in 2025. Nutritional status was assessed using BMI-for-age (BMI/A), physical activity using the IPAQ-C questionnaire, and cognitive function using the CFIT IQ test scale 2A. This research used a descriptive method. The sample consisted of 50 fifth-grade students from classes V A, B, and C.

The results of the study conducted at SDN 2 Jatimulyo, South Lampung, can be summarized as follows: normal nutritional status was the most prevalent at 58.0%, poor nutritional status was 6.0%, undernutrition 20.0%, overnutrition 8.0%, and obesity 8.0%. The level of physical activity among fifth-grade students at SDN 2 Jatimulyo in 2025 showed that 42.0% had good activity levels, while 58.0% had low activity levels. Cognitive function measured using the CFIT scale 2A showed that 2.0% had mentally defective cognitive function, 10.0% were borderline, 16.0% were below average, 68.0% were average, and 4.0% were above average. It is necessary to regularly monitor students' height and weight. Physical activity for students, such as exercising for 30 minutes a day and engaging in brain-stimulating games, is recommended to enhance cognitive function.

Keywords: Nutritional Status, Physical Activity, Cognitive Function
Reading list: 50 (2004-2024)