

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Gambaran Umum Batalyon Zipur 18/Yudha Karya Raksaka

Batalyon Zeni Tempur 18/Yudha Karya Raksaka atau Yonzipur 18/YKR adalah Satuan Bantuan Tempur (Satbanpur) yang merupakan pengembangan dari Detasemen Zeni Tempur 9/YKR yang berkedudukan langsung di bawah Kodam IX/Udayana dengan tugas pokok menyelenggarakan kontruksi dan destruksi guna memperbesar daya gerak pasukan sendiri dan memperkecil daya gerak pasukan musuh, mempertinggi kelangsungan hidup dan kemampuan operasi satuan manuver Kodam serta kemampuan Nubika pasif. Sloka Yudha Karya Raksaka berasal dari sansekerta, Yudha berarti Tempur atau Perang, Karya berarti membangun, Raksaka berarti melindungi rakyat sehingga, satuan ini dalam bertempur dan membangun untuk melindungi dan mengayomi rakyat.

Adapun latar belakang pembentukan Yonzipur18/YKR ini berdasarkan Peraturan Kasad Nomor Perkasad/105/XII/2011 tentang revisi pembangunan kekuatan pokok minimum (Minimum Essential Force) TNI-AD Tahun 2010-2029 dengan berbagai kajian strategis dan pertimbangan yang Panjang dalam menghadapi tantangan tugas KodamIX/Udayana, Kepala Staf TNI-AD memandang perlu untuk mengembangkan satuan Denzipur 9/YKR menjadi Yonzipur 18/YKR yang berkedudukan di Gianyar Bali dengan dislokasi pasukan terbesar di Provinsi Bali (Kabupaten Gianyar dan Kabupaten Buleleng), Provinsi

Nusa Tenggara Barat di Mataram dan di Provinsi Nusa Tenggara Timur di Kabupaten Kupang. Gelar kekuatan Yozipur yang tersebar ini bertujuan untuk membantu tugas-tugas Kodam IX/Udayana dalam Operasi Militer Perang (OMP) dan Operasi Militer Selain Perang (OMSP) dengan prioritas tugas pengamanan VVIP dan membantu pemerintah Daerah dalam menanggulangi akibat bencana alam dan bantuan kemanusiaan serta membantu Pemerintah Daerah dengan kegiatan Karya Bhakti dan Bhakti TNI. Jumlah anggota prajurit TNI-AD yang bertugas di kesatuan Yonzipur 18/ Yudha Karya Raksaka Kabupaten Gianyar sebanyak 645 orang.

Pada sistem penyelenggaraan makanan merupakan suatu kewajiban, baik dilingkungan keluarga maupun diluar lingkungan keluarga karena makanan merupakan suatu kebutuhan utama dan sumber energi manusia untuk melaksanakan tugas. Penyelenggaraan makanan dilingkungan keluarga diperlukan oleh sekelompok konsumen karena berbagai hal tidak dapat makan bersama keluarga dirumah seperti halnya para karyawan pabrik atau perusahaan, pekerja perkebunan, para prajurit, orang sakit, penghuni asrama atau panti asuhan, narapidana dan sebagainya yang memerlukan makanan diluar rumah diselenggarakan secara khusus. Penyelenggaraan makanan bagi sekelompok konsumen yang bukan merupakan satu keluarga, tetapi satu kesatuan yang dikenal istilah penyelenggaraan makanan kelompok. Pada kesatuan Yonzipur 18/Yudha Karya Raksaka tidak menyelenggarakan sistem penyelenggaraan makanan atau tidak disediakannya dapur umum untuk para prajurit.

2. Karakteristik Sampel

Berdasarkan kriteria sampel yang ditetapkan, maka pada penelitian ini diperoleh sampel penelitian sebanyak 42 orang yang merupakan anggota prajurit TNI-AD yang bertugas di kesatuan Yonzipur 18/Yudha Karya Raksaka. Adapun karakteristik sampel penelitian menurut jenis kelamin, umur dan pangkat dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4. Sebaran Berdasarkan Karakteristik Sampel

Karakteristik	f	%
Umur		
19	5	11,9
20	11	26,2
21	8	19,0
22	13	31,0
23	4	9,5
24	1	2,4
Jumlah	42	100,0
Pangkat		
SERDA	6	14,3
PRADA	36	85,7
Jumlah	42	100,0

Berdasarkan hasil penelitian dari 42 sampel, seluruh sampel berjenis kelamin laki-laki (100,0%). Distribusi umur sampel yang tertinggi yaitu sejumlah 13 orang (31,0%) dengan umur 22 tahun dan jumlah terendah yaitu 1 orang (2,4%) dengan umur 24 tahun. Berdasarkan pangkat sebagian besar dengan pangkat Prajurit Dua (Prada) yaitu 36 orang (85,7%) dan dengan pangkat Sersan Dua (Serda) yaitu 6 orang (14,3%).

3. Data Variabel

a. Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi, status gizi optimal adalah keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi yang dapat digambarkan dengan mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan kemudian menghitung Indeks Masa Tubuh (IMT). Indikator ini digunakan pada orang dewasa >18 tahun untuk melihat apakah orang tersebut memiliki kekurangan dan kelebihan berat badan kemudian dibandingkan dengan klasifikasi status gizi untuk dewasa. Status gizi diklasifikasikan menjadi 5 yaitu (IMT <17kg/m²) Sangat kurus, (IMT 17,0-18,4 kg/m²) Kurus, (IMT 18,5-24,9 kg/m²) Normal, (IMT 25,0-26,9 kg/m²) Gemuk, dan (IMT > 27 kg/m²) Sangat Gemuk. Adapun distribusi sampel menurut status gizi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 5.

Distribusi Sampel Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	f	%
Sangat Kurus	0	0
Kurus	0	0
Normal	40	95,2
Gemuk	2	4,8
Obesitas	0	0
Total	42	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil sebaran sampel berdasarkan status gizi dengan kategori normal yaitu sebanyak 40 orang (95,2%) dan status gizi dengan kategori gemuk yaitu sebanyak 2 orang (4,8%)

b. Pola Konsumsi

Pola Konsumsi makanan adalah berbagai macam informasi yang memberikan gambaran mengenai jenis jumlah dan frekuensi bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh kelompok masyarakat tertentu (Almatsier, 2010).

1) Jenis Bahan Makanan yang dikonsumsi

Berdasarkan hasil penelitian dari 42 sampel, didapatkan untuk jenis karbohidrat yang sering dikonsumsi adalah bahan makanan nasi dan jagung, untuk jenis protein hewani yang sering dikonsumsi adalah bahan makanan daging ayam dan telur ayam, protein nabati yang sering dikonsumsi adalah bahan makanan tempe, tahu dan kacang ijo, sayuran yang paling sering dikonsumsi adalah bahan makanan sawi hijau, wortel dan kacang panjang dan buah yang paling sering dikonsumsi adalah bahan makanan semangka dan pisang.

2) Frekuensi Makan

Berdasarkan pada hasil data frekuensi makan yang diperoleh dari kuesioner SQ-FFQ (*Semi Quantitatif Food Frequency Questioner*) yang digunakan pada saat penelitian menunjukkan bahwa responden sebagian besar memiliki frekuensi makan tiga kali dalam sehari sebanyak 37 orang (88%), responden dengan frekuensi makan lima kali dalam sehari sebanyak 3 orang (7,15%) dan responden yang memiliki frekuensi makan tujuh kali sehari sebanyak 2 orang (4,85%).

3) Jumlah Konsumsi

a) Konsumsi energi

Konsumsi energi adalah jumlah energi yang dikonsumsi sampel. Adapun distribusi sampel menurut konsumsi energi dapat dilihat pada gambar dibawah ini:

Tabel 6.

Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Energi

Konsumsi energi	f	%
Kurang <80%	1	2,4
Baik 80-109%	37	88,1
Lebih >110%	4	9,5
Total	42	100

Berdasarkan konsumsi energi, jumlah konsumsi energi tertinggi sampel adalah 3,294 kkal dan paling rendah adalah 2,037 kkal dengan rata-rata konsumsi energi 2,556 kkal. Sehingga didapatkan hasil sebaran sampel berdasarkan jumlah konsumsi energi dengan kategori kurang yaitu 1 orang (2,4%), konsumsi energi dengan kategori baik sebanyak 37 orang (88,1%) dan konsumsi energi dengan kategori lebih sebanyak 4 orang (9,5%).

b) Konsumsi Protein

Konsumsi protein adalah jumlah protein yang dikonsumsi sampel diperoleh total hasil konsumsi protein dalam sehari. Adapun distribusi sampel menurut konsumsi protein dapat dilihat pada gambar dibawah ini :

Tabel 7.

Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Protein

Konsumsi energi	f	%
Kurang <80%	0	0
Lebih >110%	42	100
Lebih >110%	0	0
Total	42	100

Berdasarkan konsumsi protein, jumlah konsumsi protein tertinggi sampel adalah 188 gram dan paling rendah adalah 83,3 gram dengan rata-rata konsumsi

protein 155 gram . Sehingga didapatkan hasil sebaran sampel berdasarkan jumlah konsumsi protein termasuk dalam kategori lebih yaitu 42 orang (100%).

c) Konsumsi Lemak

Konsumsi lemak adalah jumlah lemak yang dikonsumsi sampel diperoleh total hasil konsumsi lemak dalam sehari. Adapun distribusi sampel menurut konsumsi lemak dapat dilihat pada gambar dibawah ini :

Tabel 8.

Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Lemak

Konsumsi lemak	f	%
Kurang <80%	18	42,9
Baik 80-109%	20	47,6
Lebih >110%	4	9,5
Total	42	100

Berdasarkan konsumsi lemak, jumlah konsumsi lemak tertinggi sampel adalah 92,9 gram dan paling rendah adalah 44,5 gram dengan rata-rata konsumsi lemak 63,6 gram. Sehingga didapatkan hasil sebaran sampel berdasarkan jumlah konsumsi lemak dengan kategori kurang yaitu 18 orang (42,9%), konsumsi lemak dengan kategori baik sebanyak 20 orang (47,6%) dan konsumsi lemak dengan kategori lebih sebanyak 4 orang (9,5%).

d) Konsumsi Karbohidrat

Konsumsi karbohidrat adalah jumlah karbohidrat yang dikonsumsi sampel diperoleh total hasil konsumsi karbohidrat dalam sehari. Adapun distribusi sampel menurut konsumsi karbohidrat dapat dilihat pada gambar dibawah ini :

Tabel 9.

Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Karbohidrat

Konsumsi Karbohidrat	f	%
Kurang <80%	12	28,6
Baik 80-109%	28	66,7
Lebih >110%	2	4,8
Total	42	100

Berdasarkan konsumsi karbohidrat, jumlah konsumsi karbohidrat tertinggi sampel adalah 554,3 gram dan paling rendah adalah 232,5 gram dengan rata-rata konsumsi karbohidrat 386,3 gram . Sehingga didapatkan hasil sebaran sampel berdasarkan jumlah konsumsi karbohidrat dengan kategori kurang sebanyak 12 orang (28,6%), konsumsi karbohidrat dengan kategori baik sebanyak 28 orang (66,7%), dan konsumsi karbohidrat dengan kategori lebih sebanyak 2 orang (4,8%)

c. Aktivitas Fisik

Hasil VO₂max dengan metode tes lari 12 menit yang telah diolah dan dijadikan persentase distribusi sampel dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 10.

Distribusi Sampel Berdasarkan VO₂MAX

Klasifikasi VO₂Max	f	%
Kurang sekali	0	0
Kurang	0	0
Cukup	0	0
Baik	11	26,2
Baik Sekali	31	73,8
Unggul	0	0
Total	42	100

Berdasarkan tabel hasil VO₂Max dengan metode tes lari 12 menit dengan hasil tertinggi sampel adalah 62,87 dan paling rendah adalah 56,07 dengan rata-rata

58,39. Sehingga didapatkan hasil sebaran sampel berdasarkan hasil VO2Max dengan kategori baik diperoleh sebanyak 11 orang (26,2%), dan dengan kategori baik sekali diperoleh sebanyak 31 orang (73,8%).

4. Hubungan Antar Variabel

a. Hubungan antara Pola konsumsi dengan Status Gizi

1) Konsumsi energi dengan status gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal didapatkan 1 orang (2,5%) dengan konsumsi energi kurang dan sebanyak 37 orang (92,5%) dengan konsumsi energi baik dan sebanyak 2 orang (5,0%) dengan konsumsi energi lebih sedangkan dari 2 sampel yang memiliki status gizi kategori gemuk terdapat 1 orang (50,0%) dengan konsumsi energi baik dan sebanyak 1 orang (50,0%) dengan konsumsi energi lebih. Sebaran sampel berdasarkan konsumsi energi dengan status gizi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 11.

Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Energi dengan Status Gizi

Konsumsi energi	Status Gizi				Total		p-value
	Normal		Gemuk		f	%	
	f	%	f	%			
Kurang	1	2,5	0	0	1	2,40	0,000
Baik	37	92,5	1	50,0	38	90,4	
Lebih	2	5,0	1	50,0	2	7,2	
Total	40	100	2	100	42	100	

Berdasarkan tabel di atas, hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai p $0,000 < \alpha$ (0,05) sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan signifikan antara konsumsi energi dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR.

2) Konsumsi protein dengan status gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal sebanyak 40 orang (100%) dengan konsumsi protein lebih sedangkan dari 2 sampel yang memiliki status gizi dengan kategori gemuk sebanyak 2 orang (100%) dengan konsumsi protein lebih. Sebaran sampel berdasarkan konsumsi protein dengan status gizi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 12.

Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Protein dengan Status Gizi

Konsumsi protein	Status Gizi				Total	p-value
	Normal		Gemuk			
	f	%	f	%		
Kurang	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Baik	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Lebih	40	100	2	100	42	100
Total	40	100	2	100	42	100

Berdasarkan tabel di atas, hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p < \alpha$ ($0,000 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan signifikan antara konsumsi protein dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR.

3) Konsumsi lemak dengan status gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal sebanyak 18 orang (45,0%) dengan konsumsi lemak kurang dan sebanyak 20 orang (50,0%) dengan konsumsi lemak baik dan sebanyak 2 orang (5,0%) dengan konsumsi lemak lebih sedangkan dari 2 sampel yang memiliki status gizi kategori gemuk sebanyak 2 orang (100%) dengan konsumsi lemak lebih.

Sebaran sampel berdasarkan konsumsi lemak dengan status gizi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 13.

Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Lemak dengan Status Gizi

Konsumsi lemak	Status Gizi				Total		p-value
	Normal		Gemuk		f	%	
	f	%	f	%			
Kurang	18	45,0	0	0,0	18	42,9	0,002
Baik	20	50,0	0	0,0	20	47,6	
Lebih	2	5,0	2	100	4	9,5	
Total	40	100	2	100	42	100	

Berdasarkan tabel di atas, hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p 0,002 < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan signifikan antara konsumsi lemak dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR.

4) Konsumsi karbohidrat dengan status gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal sebanyak 12 orang (30,0%) dengan konsumsi karbohidrat kurang dan sebanyak 28 orang (70,0%) dengan konsumsi karbohidrat baik sedangkan dari 2 sampel yang memiliki status gizi kategori gemuk sebanyak 2 orang (100%) dengan konsumsi karbohidrat lebih. Sebaran sampel berdasarkan tingkat konsumsi karbohidrat dengan status gizi dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 14.

Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Karbohidrat dengan Status Gizi

Konsumsi karbohidrat	Status Gizi				Total	p-value
	Normal		Gemuk			
	f	%	f	%		
Kurang	12	30,0	0	0,0	12	28,6
Baik	28	70,0	0	0,0	28	66,6
Lebih	0	0,0	2	100	2	4,8
Total	40	100	2	100	42	100

Berdasarkan tabel di atas, hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p < 0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan signifikan antara konsumsi karbohidrat dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR.

b. Hubungan antara Aktivitas fisik dengan Status Gizi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal sebanyak 9 orang (22,5%) dengan aktivitas fisik kategori baik dan sebanyak 31 orang (77,5%) dengan aktifitas fisik kategori baik sekali sedangkan sampel yang memiliki status gizi kategori gemuk sebanyak 2 orang (100%) dengan aktivitas fisik kategori baik. Sebaran sampel berdasarkan tingkat konsumsi energi dengan status gizi dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 15.

Distribusi Sampel Berdasarkan Aktifitas Fisik dengan Status Gizi

Aktivitas fisik	Status Gizi				Total	p-value
	Normal		Gemuk			
	f	%	f	%		
Baik	9	22,5	2	100	11	26,2
Baik sekali	31	77,5	0	0,0	31	73,8
Total	40	100	2	100	42	100

Berdasarkan tabel di atas, hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p 0,002 < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR.

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Yonzipur 18/YKR tidak mengadakan sistem penyelenggaraan makanan atau tidak menyediakan dapur umum untuk para prajurit. Dari 42 responden sebagian besar banyak mengonsumsi pangan sumber karbohidrat yaitu nasi, untuk bahan pangan jenis protein hewani yang dikonsumsi adalah daging ayam dan telur ayam, protein nabati yang sering dikonsumsi adalah tempe, tahu dan kacang ijo, sayuran yang paling sering dikonsumsi adalah sawi hijau, wortel dan kacang panjang dan buah yang paling sering dikonsumsi adalah semangka dan pisang. Dilihat dari frekuensi makan responden, sebagian responden dengan frekuensi makan lima kali dalam sehari sebanyak 3 orang (7,15%) dan responden yang memiliki frekuensi makan tujuh kali sehari sebanyak 2 orang (4,85%). Hal ini sesuai dengan penelitian Rahmawati dkk, (2013) Taruna Akademi Imigrasi menunjukkan hal yang sama terkait bahan pangan yang sering dikonsumsi. Sebagian besar taruna mengonsumsi nasi sebagai sumber karbohidrat, daging ayam sebagai sumber protein hewani, tempe dan tahu sebagai sumber protein nabati, wortel jenis sayuran yang sering dikonsumsi dan pisang, pepaya dan semangka jenis buah yang sering dikonsumsi. Frekuensi makan hampir seluruh taruna (95,2%) sebanyak tiga kali dalam sehari dan sebagian kecil

taruna (4,8%) dengan frekuensi makan lebih dari tiga kali dalam sehari. Pada hari libur taruna memiliki waktu yang bebas dan diizinkan untuk bermalam diluar sehingga tidak terikat dengan peraturan yang mengharuskan mereka untuk makan bersama.

Dilihat dari konsumsi energi responden dengan status gizi, status gizi dengan kategori normal yaitu sebanyak 1 orang dengan konsumsi energi kurang sedangkan sampel yang memiliki status gizi normal sebanyak 2 orang dengan konsumsi energi lebih sedangkan sampel yang memiliki status gizi gemuk sebanyak 1 orang dengan konsumsi energi baik sedangkan sampel yang memiliki status gizi gemuk sebanyak 1 orang dengan konsumsi energi lebih. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Kurniawati dkk, (2016) hubungan antara pola makan, asupan energi, aktivitas fisik dan durasi tidur dengan kejadian obesitas pada polisi, dsitribusi frekuensi asupan energi sebanyak 83 responden (98,8%) memiliki asupan energi cukup sebanyak 1 responden (1,2%) memiliki asupan energi lebih. Hasil analisis hubungan antara asupan energi dengan kejadian obesitas diperoleh bahwa pada responden yang asupan energinya lebih mengalami obesitas, sedangkan responden yang memiliki asupan energi cukup lebih banyak tidak mengalami obesitas yaitu 56 responden, daripada yang mengalami obesitas yaitu 27 responden. Pada responden yang memiliki asupan energi cukup ada 27 responden yang mengalami obesitas, hal ini disebabkan faktor lain. Berdasarkan hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p < 0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada Hubungan bermakna antara konsumsi energi dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR. Hal ini sejalan dengan penelitian Wulandari, (2019) menunjukkan adanya hubungan yang searah antara asupan

energi dengan status gizi dengan nilai p (0,001). Penelitian tersebut selaras dengan penelitian terdahulu adanya hubungan asupan energi dengan IMT pada PNS di Direktorat Jendral Perimbangan Keuangan. Semakin besar kalori yang dikonsumsi tanpa dikeluarkan akan memicu kenaikan berat badan.

Dilihat dari konsumsi protein responden dengan status gizi, sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal sebanyak 40 orang (100%) dengan konsumsi protein lebih sedangkan sampel yang memiliki status gizi dengan kategori gemuk sebanyak 2 orang (100%) dengan konsumsi protein lebih. Hal ini sejalan dengan penelitian Mukhdor dkk, (2015) dari hasil penelitian yang didapat diketahui bahwa konsumsi protein melebihi standar. Menurut Antonio *et al* (2008) dalam Mukhdor dkk, (2015) kebutuhan protein seseorang yang banyak melakukan latihan fisik biasanya lebih tinggi daripada seseorang yang sedikit melakukan latihan fisik disesuaikan dengan tinggi rendahnya intensitas latihan. Berdasarkan penelitian Dwi Sutanti, (2014) penyelenggaraan makan akademi militer, kecukupan protein rata-rata yang disediakan pada menu makan yang disajikan untuk taruna di Akademi Militer adalah 147,83 gram yang menghasilkan energi sebesar 591,32 kalori atau 13,14% dari energi total. Berdasarkan hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai p $0,000 < \alpha$ (0,05) sehingga H_0 ditolak yang berarti ada Hubungan bermakna antara konsumsi protein dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR.

Dilihat dari konsumsi lemak responden dengan status gizi, sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal sebanyak 18 orang (45,0%) dengan konsumsi lemak kurang, sampel dengan status gizi normal sebanyak 20 orang (50,0%) dengan konsumsi lemak baik sedangkan sampel yang memiliki status gizi

normal dengan sebanyak 2 orang (5,0%) dengan konsumsi lebih sedangkan sampel yang memiliki status gizi gemuk sebanyak 2 orang (100%) dengan konsumsi lemak lebih. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dkk, (2013) sebanyak 61,9% taruna memiliki tingkat kecukupan lemak normal. Sebagian lainnya, yaitu sebanyak 27,0% taruna memiliki tingkat kecukupan lemak yang termasuk dalam kategori deficit dan sebanyak 11,1% taruna termasuk dalam kategori lebih. Berdasarkan hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p 0,002 < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada Hubungan bermakna antara konsumsi lemak dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR

Dilihat dari konsumsi karbohidrat responden dengan status gizi, sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal sebanyak 12 orang (30,0%) dengan konsumsi karbohidrat kurang, sampel dengan status gizi normal sebanyak 28 orang (70,0%) dengan konsumsi karbohidrat baik sedangkan sampel yang memiliki status gizi gemuk sebanyak 2 orang (100%) dengan konsumsi karbohidrat lebih. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dkk, (2013) tingkat kecukupan karbohidrat taruna sebagian besar termasuk kategori normal, yaitu sebanyak 44,4%. Sebagian kecil taruna yang memiliki tingkat kecukupan karbohidrat dengan kategori deficit yaitu sebanyak 23,8% dan sebagian kecil lainnya termasuk kategori lebih. Berdasarkan hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p 0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada Hubungan bermakna antara konsumsi karbohidrat dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel yang memiliki status gizi dengan kategori normal sebanyak 9 orang (22,5%) dengan aktivitas fisik kategori baik sedangkan sampel yang memiliki status gizi gemuk sebanyak 2 orang (100%)

dengan aktivitas fisik kategori baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Kurniawati, (2016) hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas diperoleh bahwa responden yang memiliki aktivitas fisik sedang lebih dominan mengalami obesitas yaitu 26 responden dibandingkan yang tidak mengalami obesitas yaitu 17 responden. Sedangkan responden yang memiliki aktivitas fisik tinggi lebih banyak tidak mengalami obesitas yaitu 39 responden dibandingkan dengan yang mengalami obesitas yaitu 2 responden. Berdasarkan hasil analisis menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p 0,002 < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada Hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi pada anggota TNI-AD Yonzipur 18/YKR. Pada penelitian Teju (2018) membahas mengenai IMT memiliki kaitan yang besar dengan nilai VO_2Max yang dihasilkan. Sebagian besar IMT individu tersebut maka semakin sedikit nilai VO_2Max . berdasarkan hasil penelitian jumlah aktivitas dan latihan memiliki hubungan dengan VO_2Max . Seseorang yang melakukan aktivitas fisik, aliran darah balik ke jantung lebih sedikit dibandingkan pada orang yang melakukan aktivitas fisik yang secara teratur. Begitu juga dengan pengambilan jumlah oksigen yang masuk ke dalam tubuh jauh lebih sedikit dibandingkan pada orang yang melakukan aktivitas fisik.